MINISTERUL SĂNĂTĂȚII AL REPUBLICII MOLDOVA
UNIVERSITATEA DE STAT DE MEDICINĂ ŞI FARMACIE *NICOLAE TESTEMIȚANU*

CATEDRA ECONOMIE, MANAGEMENT ŞI PSIHOPEDAGOGIE

C. EȚCO, IU. FORNEA, E. DAVIDESCU,
T. TINTIUC, N. DANILIUC, M. CĂRĂRUŞ

PSIHOLOGIA GENERALĂ

Suport de curs

CHIŞINĂU
2007rul editorial – Polgrafic Medicina20

CZU 159.9 (075.8)
P 97

Aprobat de Consiliul metodic central al USMF
Nicolae Testemiţanu din 20.04.06

Coordonator ştiinţific: *Constantin Eţco,* dr. habilitat în medicină, profesor universitar

Autori: *Constantin Eţco,* dr.hab.med., profesor universitar
Iuliana Fornea, lector universitar
Elena Davidescu, lector universitar
Tatiana Tintiuc,
Natalia Daniliuc, lector universitar
Margareta Cărăruş, lector universitar

Recenzenţi: *Mihai Şleahtiţchi,* dr. în psihologie, dr. în pedagogie, conferenţiar universitar, şef catedră Psihologie Socială, ULIM
Stratan Valentina, dr. în pedagogie, conferenţiar universitar, vicedecan la facultatea Psihologie şi Psihopedagogie „Ion Creangă" UPS

Suportul de curs, pregătit în anul 2006, este un material complex despre totalitatea subiectelor discutate la Psihologia generală.

Este elaborat pentru studenţii USMF „N. Testemiţanu", ai diverselor instituţii de învăţământ superior, specialiştii de psihologie, pedagogie, sociologie, cât şi pentru toţi cei care au tangenţe sau sunt interesaţi de psihologie. Se propune să fie utilizat diferenţiat pentru diverse instituţii superioare şi facultăţi conform cerinţelor programelor de studii respective.

Redactor: *Lidia Câssa*
Asistenţă computerizată: *Ludmila Fediuc*
Machetare computerizată: *Veronica Istrati*

Descrierea CIP a Cemerei Naţionale a Cărţii

Psihologia generală: Suport de curs / C. Eţco, Iu. Fornea, E. Davidescu,...; Univ. de Stat de Medicină şi Farmacie *Nicolae Testemiţanu.* Catedra Econ., Management şi Psihopedagogie. – Ch.: USMF, 2007. – 366 p.
Bibliogr. p. 364–366 (40 tit.)
ISBN 978-9975-9528-4-2
300 ex.

159.9 (075.8)

© CEP *Medicina,* 2007
ISBN 978-9975-9528-4-2
© C. Eţco şi alţii, 2007

CUPRINS

Prefaţă..... 6
Compartimentul I. Introducere în psihologie.....
Tema 1. Psihologia. Delimitarea domeniului. Probleme teoretico-metodologice ale psihologiei..... 7
1.1. Psihologia ca ştiinţă..... 7
1.2. Domeniile psihologiei..... 10
1.3. Metodologia cercetării în psihologie..... 12
Tema 2. Psihicul ca obiect de cercetare al psihologiei. Natura psihicului uman..... 19
2.1. Psihicul ca obiect de cercetare al psihologiei..... 19
2.2. Natura contradictorie a psihicului..... 24
2.3. Reflectarea psihică. Particularităţile reflectării psihice..... 26
2.4. Evoluţia psihicului..... 27
Tema 3. Formele vieţii psihice: conştiinţa, subconştientul şi inconştientul..... 31
3.1. Conştiinţa..... 32
3.2. Subconştientul..... 33
3.3. Inconştientul..... 35
Compartimentul II. Procesele psihice senzoriale..... 40
Tema 1. Senzaţia..... 40
1.1. Definire şi caracteristica generală a senzaţiilor..... 40
1.2. Mecanismele fiziologice ale senzaţiilor..... 44
1.3. Clasificarea senzaţiilor. Criterii de clasificare..... 47
1.4. Legităţile fundamentale ale senzaţiilor..... 50
Tema 2. Percepţia..... 52
2.1. Definirea şi caracteristica generală a percepţiei..... 52
2.2. Bazele fiziologice ale percepţiei..... 53
2.3. Clasificarea percepţiilor. Criterii de clasificare..... 54
2.4. Însuşirile (legile) generale ale percepţiei..... 55
2.5. Observarea şi spiritul de observaţie..... 55
Tema 3. Reprezentarea..... 57
3.1. Reprezentarea ca proces şi imagine mintală..... 57
3.2. Mecanismele psihologice ale reprezentării..... 58
3.3. Clasificarea reprezentărilor..... 59
3.4. Proprietăţile (calităţile) reprezentărilor..... 60
Compartimentul III. Procesele cognitive superioare... 62
Tema 1. Memoria..... 62
1.1. Memoria. Delimitări conceptuale..... 62
1.2. Procesele memoriei..... 64
1.3. Formele memoriei..... 68
1.4. Factorii şi legile optimizării a memoriei..... 71
1.5. Diferenţele individuale şi calităţile memoriei.. 73

Tema 2. Gândirea..... 74
2.1. Delimitări conceptuale..... 74
2.2. Operaţiile fundamentale ale gândirii..... 75
2.3. Formele logice ale gândirii..... 76
2.4. Clasificarea gândirii. Criterii de clasificare..... 78
2.5. Procesele gândirii..... 82
Tema 3. Imaginaţia..... 85
3.1. Caracteristica generală a imaginaţiei..... 85
3.2. Funcţiile imaginaţiei..... 86
3.3. Formele imaginaţiei..... 87
3.4. Însuşirile imaginaţiei..... 88
3.5. Procedeele fundamentale ale imaginaţiei..... 88
Tema 4. Limbajul..... 89
4.1. Noţiuni generale despre limbaj..... 89
4.2. Funcţiile limbajului..... 90
4.3. Formele limbajului..... 91
4.4. Corelaţia dintre gândire şi limbaj..... 93
4.5. Activitatea comunicativă şi elementele ei..... 94
Compartimentul IV. Activităţi şi procese reglatorii.... 95
Tema 1. Activitatea umană..... 95
1.1. Conceptul de activitate..... 95
1.2. Structura activităţii..... 96
1.3. Formele de bază ale activităţii umane..... 100
Tema 2. Motivaţia..... 102
2.1. Definirea şi funcţiile motivaţiei..... 102
2.2. Structura sferei motivaţionale..... 103
2.3. Formele motivaţiei..... 108
2.4. Motivaţie şi performanţă..... 109
Tema 3. Afectivitatea..... 110
3.1. Aspecte teoretice şi metodologice generale..... 110
3.2. Proprietăţile proceselor şi stărilor afective..... 111
3.3. Clasificarea proceselor şi stărilor afective..... 113
3.4. Teorii asupra naturii emoţiilor..... 117
3.5. Agresivitate – toleranţă..... 119
3.6. Stresul, anxietatea şi angoasa..... 120
Tema 4. Voinţa..... 122
4.1. Definirea şi caracterizarea generală a voinţei..... 122
4.2. Actele voluntare. Structura şi fazele lor..... 125
4.3. Calităţile voinţei..... 127
4.4. Voinţa socială..... 128
Tema 5. Atenţia..... 129
5.1. Definiţie şi caracterizare psihologică generală..... 129
5.2. Mecanismele fiziologice ale atenţiei..... 130
5.3. Formele fundamentale ale atenţiei..... 131
5.4. Dimensiunile (atributele) atenţiei..... 133
Compartimentul V. Sistemul de personalitate..... 136
Tema 1. Personalitatea..... 136

1.1. Conceptul de personalitate: om, individ, persoană, personalitate, individualitate, 136

somitate.....
1.2. Personalitatea ca obiect de studiu al psihologiei..... 137
1.3. Structura integră a personalității..... 140
1.4. Tipologia personalității..... 141
Tema 2. Temperamentul..... 154
2.1. Temperamentul – latura dinamico-energetică a personalității..... 154
2.2. Mecanismele fiziologice ale temperamentului. 156
2.3. Portrete temperamentale. Caracteristica psihologică..... 158
Tema 3. Caracterul..... 161
3.1. Caracterul – latura relațional-valorică a personalității..... 161
3.2. Mecanismele fiziologice ale caracterului..... 162
3.3. Structura caracterului şi complexul însuşirilor lui..... 163
3.4. Formarea trăsăturilor de caracter..... 165
3.5. Tipurile accentuate de caracter..... 167
Tema 4. Aptitudinile..... 172
4.1. Aptitudinea – latura instrumental-operațională a personalității..... 172
4.2. Natura aptitudinilor..... 173
4.3. Clasificarea aptitudinilor..... 174
4.4. Inteligența – aptitudinea generală a personalității..... 176
Tema 5. Creativitatea..... 178
5.1. Definirea conceptului de creativitate..... 178
5.2. Structura creativității..... 180
5.3. Niveluri şi stadii ale creativității..... 181
5.4. Factorii, ce stimulează sau inhibă creativitatea. 182
BIBLIOGRAFIE SELECTIVĂ..... 185

PREFAȚĂ

Lucrarea a fost pregătită de către colectivul de autori ai catedrei Economie, Management şi Psihopedagogie în Medicină a Universităţii de Stat de Medicină şi Farmacie „N. Testemiţanu”, denumită „Psihologia generală. Suport de curs”, având menirea să generalizeze studiile teoretice şi experimentale din domeniul psihologiei atât din ţară, cât şi de peste hotarele ei, îndeosebi din România şi Rusia.

Materialul dat s-a bazat pe selectarea şi generalizarea unei colecţii bogate de literatură, atât din psihologia clasică, cât şi din cercetările psihologice de ultimă oră. Cercetările de psihologie clasică, după cum ştim, servesc drept model de perfecţiune, fiind de mare valoare şi păstrându-şi importanţa de-a lungul anilor, având asemenea caracteristici, cum ar fi: calitatea, ordinea, echilibrul, claritatea, etc.

Suportul de curs conţine un material vast şi complex de psihologie generală, acoperind toată aria de compartimente, teme, subteme, studiate la disciplina Psihologia generală, prevăzut de planurile de studii din învăţământul superior atât din Republica Moldova, cât şi de peste hotarele ei.

Lucrarea de faţă are următoarea structură: *prefaţă, 5 capitole:* Introducere în psihologie; Procesele psihice senzoriale; Procesele cognitive superioare; Activităţi şi procese reglatorii; Sistemul de personalitate; Bibliografie selectivă.

Cunoştinţele din domeniul psihologiei au o deosebită valoare pentru pregătirea viitorilor medici, de aceea sperăm că lucrarea prezentă va contribui la optimizarea acestui proces, va fi de un real folos profesorilor şi studenţilor de la medicină.

Suportul de curs dat poate fi utilizat de asemenea de către psihologi, sociologi, pedagogi, specialişti din diverse domenii, care au tangenţă cu psihologia, de către studenţii diferitor instituţii şi facultăţi, care studiază psihologia, cât şi de toţi cei interesaţi de psihologie.

Autorii, care au pregătit materialul, sunt:

- *C. Eţco* – coordonator ştiinţific. Capitolul IV – Motivaţia;
- *Iu. Fornea* – Capitolul I – „Introducere în psihologie” (complet); Capitolul IV – „Activităţi şi procese reglatorii” – Activitatea umană. Afectivitatea. Voinţa. Atenţia.
- *E. Davidescu* – Capitolul V – Caracterul. Aptitudinile. Creativitatea.
- *T. Tintiuc* – Capitolul V – „Sistemul de personalitate” – Personalitatea. Temperamentul.
- *N. Daniliuc* – Capitolul II – „Procesele psihice senzoriale” (complet); Capitolul III – „Procesele cognitive superioare” – Imaginaţia. Limbajul.
- *M. Cărăruş* – Capitolul III – Memoria. Gândirea.

Pregătirea către editare au realizat-o: C. Eţco, Iu. Fornea, Fediuc Ludmila. Aducem sincere mulţumiri şi consideraţii colegilor de la catedră pentru susţinerea şi ajutorul acordat pe parcursul elaborării acestei lucrări.

Colectivul de autori vor fi recunoscători pentru referinţele şi obiecţiile critice, în clarificarea, optimizarea şi dezvoltarea pe viitor a concepţiilor prezentate în această lucrare.

COMPARTIMENTUL I
INTRODUCERE ÎN PSIHOLOGIE

Tema 1. PSIHOLOGIA. DELIMITAREA DOMENIULUI. PROBLEME TEORETICO-METODOLOGICE ALE PSIHOLOGIEI

1.1. Psihologia ca ştiinţă

Psihologia ca ştiinţă posedă calităţi deosebite, care o diferenţiază de alte disciplini. Ca sistem de cunoştinţe demonstrate psihologia nu este cunoscută de prea mulţi; în linii generale de cei, care se ocupă de ea în special, soluţionând probleme teoretice şi practice. În acelaşi timp drept sistem de evenimente vitale psihologia este cunoscută fiecărui om. Ea este reprezentată prin senzaţii proprii, imagini, fenomene ale memoriei, gândirii, vorbirii, voinţei, imaginaţiei, motivelor, necesităţilor, emoţiilor şi sentimentelor etc. Fenomenele psihice de bază noi putem să le depistăm nemijlocit la sine şi indirect să le observăm la alţi oameni.

Dar ce studiază psihologia ca ştiinţă? În traducere din limba greacă psihologia a provenit din contopirea a două cuvinte greceşti *„psiuhe”* (suflet) şi *„logos”* (ştiinţă, învăţătură), ceea ce înseamnă *„ştiinţa despre suflet”*.

Iniţial noţiunea de „suflet” era înţeleasă (şi azi mai este considerată de către idealişti şi oamenii religioşi) drept o fiinţă nemuritoare şi materială, care există în corpul omului, iar în momentul morţii îl părăseşte. Se considera că fenomenele psihice sunt proprietăţile, manifestările acestui suflet.

Psihologia este o ştiinţă foarte veche, care în acelaşi timp e şi foarte tânără. Pe de o parte, vârsta ei numără cca 2400 ani, iar pe de altă parte, abia în secolul XIX ea se constituie ca ştiinţă independentă.

Prima expunere sistematică a fenomenelor psihice a fost efectuată de către savantul grec din antichitate Aristotel în tratatul său „Despre suflet” („De anima”). El a expus psihologia ca domeniu specific (original) de cunoştinţe şi pentru prima dată a înaintat ideea nedivizării sufletului şi corpului viu.

Aristotel a făcut primele referiri consistente asupra psihicului. Sufletul (psihicul) se manifestă în diverse capacităţi (abilităţi) spre activitate: hrănitor, simţitor, mişcător (mobil), gânditor; capacităţile superioare apar din cele inferioare şi se dezvoltă pe baza lor.

Aristotel este considerat întemeietorul psihologiei. Termenul „psihologie” datează din secolul al XVI-lea (titlul unei cărţi a lui M. Marulic, a. 1520) şi se pare că era folosit destul de frecvent încă din a. 1560 de către Melanchton. Blancard (1693) a apelat la termenul „psihologie” pentru a desemna „acea cunoaştere, care se referă la suflet”.

Cu toate acestea, termenul s-a difuzat într-o concepţie modernă începând abia cu secolul al XVIII-lea datorită filosofului german Cristian Von Wolff (1679–1754), pentru a desemna ştiinţa sufletului. Acest termen a fost utilizat în cartea sa *„Psychologia Rationalis*”.

Istoria psihologiei drept ştiinţă experimentală începe cu a. 1879, când a fost creat primul laborator de psihologie experimentală în lume, la Leipzig, Germania, de către psihologul german Wilghelm Wundt.

Psihologia s-a constituit ca ştiinţă independentă desprinsă de filosofie abia în secolul al XIX-lea, odată cu extinderea metodelor experimentale în studiul fenomenelor psihice (Ernst Weber, Gustav Fechner, Hermann Ebblinghaus, Herman L. Helmholtz, Wilghelm Wundt) şi a devenit naturalistă şi fiziologică. La puţin timp după aceasta, în a. 1885, Behterev V.M. a organizat asemenea laborator experimental în Rusia.

În România psihologia se constituie ca disciplină independentă, cu caracter experimental, la puţin timp după ce începe să se dezvolte ca ştiinţă experimentală pe plan mondial.

Pionierii psihologiei experimentale din România (E. Gruber, C. Rădulescu-Motru, F. Ştefănescu-Goangă) îşi fac ucenicia în primul laborator de psihologie experimentală al lui W. Wundt.

Din păcate, Eduard Gruber, fondatorul primului laborator de psihologie experimentală din România (la Iaşi, 1893), se stinge din viaţă în 1896, la numai 35 de ani, regretat, printre mulţi alţii, şi de Dimitrie Anghel şi Şt. O. Iosif.

Pentru a deveni ştiinţifică, psihologia s-a dezvoltat iniţial ca o „ştiinţă naturală", pe modelul biologiei sau fiziologiei, devenind experimentală, apoi şi-a lărgit câmpul de activitate spre cele mai variate aplicaţii, devenind, pe lângă o ştiinţă teoretică, şi o ştiinţă aplicată, chiar o psihotehnică.

După primul război mondial, în pofida condiţiilor dificile create ca urmare a acestuia şi apoi ale crizei economice prin care a trecut România activitatea ştiinţifică este reluată în cele două universităţi din Bucureşti şi Iaşi, la care se adaugă noul şi puternicul centru universitar de la Cluj. Psihologia românească cunoaşte acum un avânt deosebit, datorită dezvoltării celor trei centre de cercetare de pe lângă catedrele de psihologie ale celor trei universităţi.

La Bucureşti, C. Rădulecu-Motru înfiinţează Laboratorul de psihologie experimentală (în a. 1906), cu condiţii vitrege de dezvoltare, în timpul războiului, o mare parte din aparatura cu care a fost înzestrat fiind distrusă. Imediat după război, C. Rădulescu-Motru intervine în repetate rânduri în scopul obţinerii fondurilor necesare pentru refacerea laboratorului; intervenţiile sale se soldează cu promisiuni, care nu sunt respectate decât în parte şi cu mare întârziere.

Laboratorul nu devine unitate de cercetări ştiinţifice originale, decât după a. 1929, când au intrat în serviciul lui oameni ca I.M. Nestor, G. Zapan, G.C. Bontilă, C. Georgiade, C. Zahirnic, care au fost într-adevăr experimentalişti, adică psihologi de laborator, axaţi predominant pe genul acesta de cercetări.

Cartea lui C. Rădulescu-Motru „Curs de psihologie" (aparută în a. 1923, ediţia a II-a, 1929), este după mărturisirea autorului „rezumatul cursului de psihologie" ţinut în anii precedenţi la Universitatea din Bucureşti; cartea îşi propune să fie cu caracter strict ştiinţific.

„Cursul de psihologie" duce mai departe, dezvoltă şi precizează unele idei din „Problemele psihologiei" (carte aparută în a. 1898), confruntându-le în permanenţă cu ultimele date ale ştiinţei şi completându-le cu altele noi, care nu intraseră în preocupările cărţii.

În problema metodelor de cercetare necesare pentru constituirea psihologiei ca ştiinţa, ce trebuie să descrie, să explice şi să prevadă desfăşurarea fenomenelor psihice, pledează pentru utilizarea concentrată a mai multor metode: observaţia internă/externă, metoda experimentală, comparativă, patologică etc. Ideile psihologice promovate în decursul întregii sale activităţi didactice şi ştiinţifice, mai ales prin cărţile sale „Probleme de psihologie" (1898), „Curs de psihologie" (1923) şi prin multe dintre studiile şi articolele de psihologie publicate în revistele pe care le-a înfiinţat – „Studii filozofice" (1897–1919), „Revista de filozofie" (1923–1943); „Revista de psihologie experimentală şi practică" (1931); „Analele de psihologie" (1934–1943); „Jurnalul de psihotehnică" (1937–1941) – reprezintă una dintre cele mai importante contribuţii la constituirea psihologiei ca ştiinţă experimentală în România.

Activitatea lui C. Rădulescu-Motru în domeniul psihologiei a fost precumpănitor pozitivă. El a înţeles importanţa cercetărilor experimentale pentru dezvoltarea psihologiei şi le-a sprijinit, organizând un *laborator de psihologie* în cadrul catedrei sale şi contribuind la pregătirea unora dintre discipolii săi în această direcţie. A încurajat şi sprijinit aplicarea psihologiei în diverse domenii de activitate.

Aportul lui principal în istoria psihologiei româneşti constă în *ocuparea şi organizarea celei dintâi catedre de psihologie specializată***,** în formarea unor psihologi de profesie prin mijloace didactice naţionale şi asigurarea unor cadre organizatorice, instituţionale (laborator, bibliotecă, asociaţii, reviste etc.) pentru desfăşurarea unor activităţi permanente şi profunde.

De numele lui C. Rădulescu-Motru se leagă primele eforturi de a asigura psihologiei condiţiile obiective ale trecerii de la speculaţia filozofică spre ştiinţă, de la compliaţie spre cercetări originale.

Adevăratul întemeietor al psihologiei experimentale din România, deci nu numai precursor ca Gruber şi Vaschide, nici ctitor în toată puterea cuvântului, ca Rădulescu-Motru, a fost Fl. Ştefănescu-Goangă (1881–1958), doctor în filozofie tot de la Leipzig cu teza „Cercetări experimentale cu privire la tonalitatea afectivă a culorilor", susţinută în a. 1911 la W. Wundt (unde lucrase cinci ani). Goangă a ocupat apoi catedra Psihologie de la Universitatea din Cluj în a. 1919, pe lângă care a înfiinţat, în a. 1921, un laborator, transformat, în a. 1922, în celebrul „Institut de psihologie experimentală, comparată şi aplicată". Abia de la această dată începe în chip neîndoielnic, o nouă perioadă în psihologia românească, cea experimentalistă.

În a. 1926 încep primele cercetări experimentale, „concepute însă mai mult în sensul unor cercetări de probă, care durează până în preajma anului a. 1927, dată care a precedat primele cercetări largi şi intense, primele lucrări apărând după doi ani". Începând din a. 1928, colaboratorii institutului sunt trimişi pentru specializare în străinătate, pentru studii aprofundate. Sub conducerea lui Ştefănescu-Goangă, în decurs de un deceniu, ca rezultat al neobositei sale activităţi, apar peste douăzeci de volume în colecţia „Studii şi cercetări psihologice".

În unităţile didactice şi ştiinţifice conduse de el, dar mai ales prin trimiteri sistematice în străinătate, s-au format o serie întreagă de psihologi români: N. Mărgineanu, Al. Roşca, A. Chircev, M. Beniuc, M. Peteanu şi alţii. Institutul de psihologie din Cluj a avut un periodic propriu, „Revista de Psihologie", precum şi o colecţie intitulată „Studii şi cercetări psihologice" şi alta „Teste, chestionare, fişe".

Alexander Bain (1818–1903), scoţian de origine şi tradiţie filosofică, cu puternice interese pentru o psihologie „naturală", a scris lucrări, două din care au fost recunoscute ca *cea mai elaborată gândire psihologică* a sec. al XIX-lea:

- The Senses and the Intellect (1855).
- The Emotions and the Will (1859).

Prestanţa lui Al. Bain în istoria psihologiei este dată şi de *fondarea primei reviste de psihologie* "Mind", în a. 1876 (pe care a şi susţinut-o financiar până în a. 1892).

Problemele generatoare de divergenţe în istoria psihologiei

Evoluţia gândirii psihologice poate fi reprezentată ca o permanentă zbatere şi pendulare în interiorul unei serii de raporturi dihotomice antagonice, a căror abordare şi încercare de rezolvare nu puteau să nu genereze dispute şi divergenţe.

Divergenţa apare de îndată ce se optează în mod exclusiv şi absolut pentru un termen al raportului sau altul. Iată care au fost (şi sunt şi în prezent) aceste raporturi, ce au pus şi pun la încercare gândirea psihologică:

1) raportul derivat din natura psihicului: material-ideal (spiritual, supranatural, divin);
2) raporturile derivate din constituirea internă a vieţii psihice: parte-întreg, senzorial-logic, cognitiv-dispoziţional (afectivitate, motivaţie), conştient-inconştient;
3) raportul dintre planul subiectiv intern şi planul obiectiv extern (comportamentul);
4) raportul ineism-genetism (psihicul este integral predeterminat – psihicul este integral rezultatul evoluţiei ontogenetice);
5) raportul biologic-cultural (psihicul determinat integral de factorii biologici-psihicul este determinat exclusiv de factorii socioculturali);
6) raportul individual (particular)-general, ideografic-nomotetic;
7) raportul cantitate-calitate, introspecţionism, intuiţionism-experimentalism.

Elaborarea unui sistem închegat, unitar, intern necontradictoriu al ştiinţei psihologice reclamă parcurgerea tuturor acestor raporturi şi găsirea la fiecare dintre ele a soluţiei, care să depăşească limitele celor anterioare grevate de absolutizare unilaterală.

1.2. Domeniile psihologiei

Psihologia contemporană prezintă în sine un sistem dezvoltat de domenii, care includ o serie de discipline şi direcţii ştiinţifice diverse.

Structura psihologiei ca ştiinţă este formată din diverse ramuri atât *fundamentale,* care prezintă în sine direcţii de cercetări ştiinţifice, dezvoltându-se relativ de sine stătător, cât şi *aplicative (speciale*).

Luând în considerare aceste circumstanţe, cât şi faptul că în timpul prezent sistemul ştiinţelor psihologice continuă să se dezvolte activ (la fiecare 4–5 ani apare o nouă direcţie), va fi mai corect să nu vorbim despre o singură ştiinţă – psihologia, dar de un sistem complex de ştiinţe psihologice în dezvoltare.

Ramurile fundamentale ale psihologiei au un sens general pentru înţelegerea şi lămurirea psihologiei şi comportării oamenilor, indiferent de faptul cine sunt ei şi cu ce activitate concretă se ocupă. Aceste ramuri sunt menite să ofere cunoştinţe, la fel de necesare pentru toţi cei, care sunt interesaţi de psihologie şi de comportamentul uman. În puterea unei astfel de universalităţi aceste cunoştinţe uneori se unesc prin termenul de „psihologie generală."

Aplicative sunt numite acele ramuri ale ştiinţei psihologice, realizările cărora sunt utilizate în practică.

Ramurile generale propun şi rezolvă probleme, la fel de importante pentru dezvoltarea egală a tuturor direcţiilor psihologice fără excepţii, iar cele speciale – evidenţiază probleme, care prezintă un interes deosebit pentru cunoaşterea uneia sau câtorva grupe de fenomene.

O să analizăm câteva ramuri fundamentale şi aplicative (speciale) ale psihologiei.

Psihologia generală (fig. 1) cercetează *individul*, accentuând în el procesele de cunoaştere şi personalitatea. Procesele psihice cognitive cuprind senzaţia, percepţia, atenţia, memoria, imaginaţia, gândirea şi vorbirea. Cu ajutorul acestor procese omul recepţionează şi prelucrează informaţia despre lume, ele participă de asemenea la formarea şi reorganizarea cunoştinţelor.

Personalitatea conţine însuşiri, care determină acţiunile şi faptele omului. Acestea sunt emoţiile, dispoziţiile, aptitudinile, mecanismele (directivele), motivaţia, temperamentul, caracterul şi voinţa.

Ramurile aplicative ale psihologiei *(fig. 2)* sunt strâns legate de teoria şi practica de instruire şi educaţie a copiilor, includ psihologia genetică, psihofiziologia, psihologia diferenţială, psihologia etativă, psihologia socială, psihologia pedagogică, psihologia medicală, patopsihologia, psihologia juridică, psihodiagnostica şi psihoterapia.

Psihologia genetică studiază mecanismele ereditare ale psihicului şi comportamentului, dependenţa lor de genotip.

Psihologia diferenţială determină şi descrie deosebirile individuale ale oamenilor, predispoziţiile lor şi procesul de formare.

În psihologia etativă (vârstelor) aceste deosebiri sunt prezentate pe vârste. Această ramură a psihologiei studiază de asemenea şi schimbările, transformările, care au loc în cadrul trecerii de la o vârstă la alta.

Psihologia genetică, diferenţială şi etativă, împreună luate, formează baza ştiinţifică a înţelegerii legilor de dezvoltare psihică a copilului.

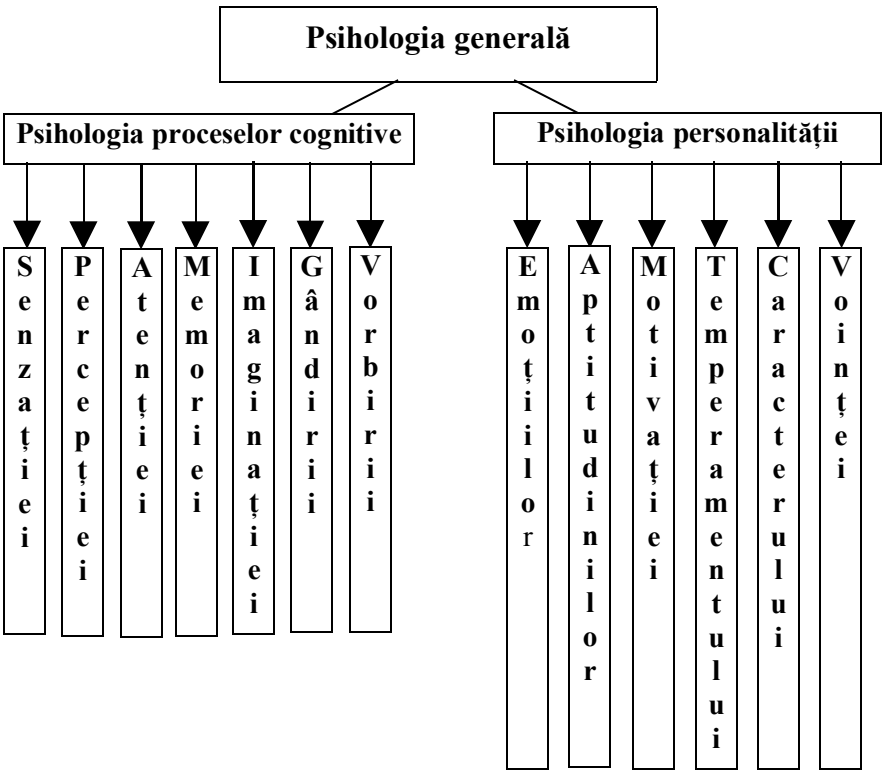


Fig. 1. **Structura psihologiei generale.**

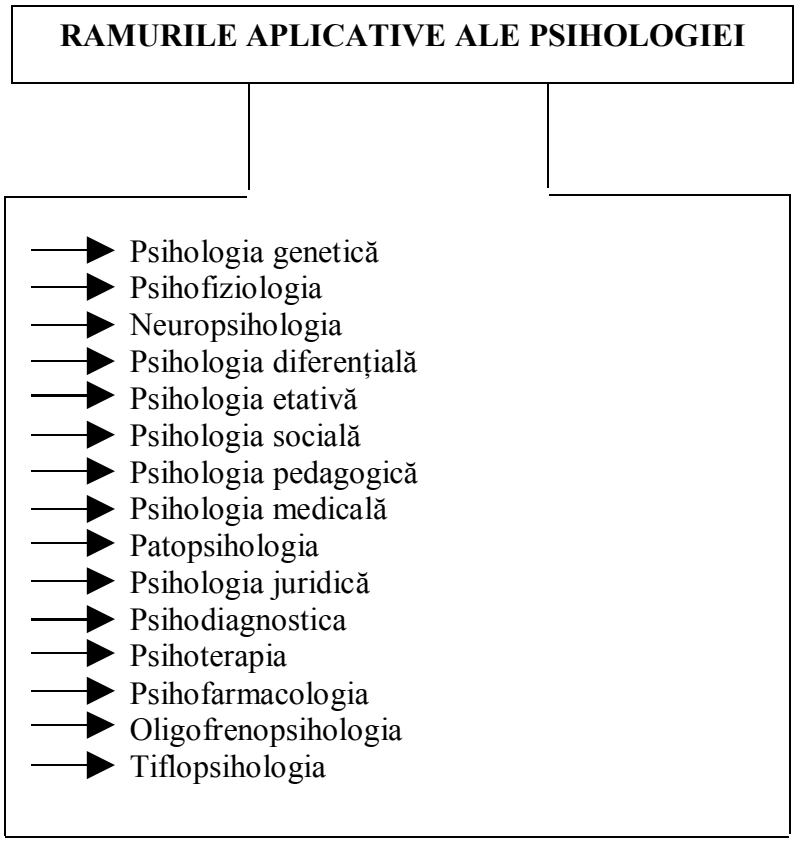


Fig. 2. **Ramurile ştiinței psihologice, care au atitudine față de instruire şi educație.**

Psihologia socială studiază interrelaţiile umane, fenomenele, apărute în procesul comunicării şi acţiunii reciproce ale oamenilor între ei în diverse grupe, în special în familie, şcoală, în colectivele de instruire şi pedagogice. Asemenea cunoştinţe sunt necesare pentru organizarea psihologică corectă a educaţiei.

Psihologia pedagogică uneşte informaţia completă, legată de instruire şi educaţie. Aici atenţie deosebită se atrage asupra fundamentării şi elaborării metodelor de instruire şi educaţie a oamenilor de diferite vârste.

Alte trei ramuri ale psihologiei, cum sunt psihologia medicală, patopsihologia şi psihoterapia, au de a face cu devierile de la normă în psihicul şi comportamentul omului. Scopul acestor ramuri ale ştiinţei psihologice e să lămurească cauzele dereglărilor psihice posibile şi să fundamenteze metodele de prevenţie şi de lecuire a lor.

Psihologia juridică cercetează însuşirea de către persoane a normelor de drept şi regulilor de comportare; de asemenea este utilă pentru educaţie.

Psihodiagnostica propune şi rezolvă problemele aprecierii psihologice a nivelului de dezvoltare a oamenilor şi diferenţierea lor.

Studierea ştiinţelor psihologice începe cu psihologia generală, fiindcă fără cunoaşterea profundă a noţiunilor de bază, lămurite în psihologia generală, va fi imposibil de înţeles acel material, care este oferit de domeniile speciale ale psihologiei.

Diferenţierea psihologiei este completată de procesul de integrare reconvenţional, în rezultatul căreia are loc îmbinarea psihologiei cu toate ştiinţele (prin psihologia inginerească – cu ştiinţele tehnice, prin psihologia pedagogică – cu pedagogia, prin psihologia socială – cu ştiinţele sociale etc.)

Conform clasificării academicianului B.M. Kedrov, care a încercat să exprime grafic locul psihologiei în sistemul ştiinţelor prin situarea ei în interiorul unui triunghi echilateral. „ Psihologia ocupă o poziţie centrală nu numai ca produs al tuturor celorlalte ştiinţe, ci şi ca sursă posibilă de explicare a formării şi dezvoltării lor” (Piaget, 1966).

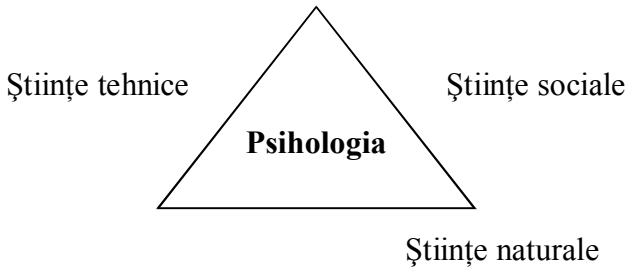


Fig. 3. **Clasificarea lui B.M. Kedrov (1961).**

Psihologia integrează toate aceste ştiinţe şi la rândul ei are influenţă asupra lor devenind ***modelul general al cunoştinţelor umane***.

1.3. Metodologia cercetării în psihologie

În funcţie de natura obiectului de studiu, orice ştiinţă elaborează popriile metode de cercetare. Metodele au însă în spatele lor nişte norme, puncte de vedere principale,care le guvernează. Astfel putem vorbi de câteva principii ale cercetării psihologice:

Principiul determinismului porneşte de la postulatul că toate fenomenele din natură şi societate au anumite cauze, se supun necesităţii, fiind guvernate de legi obiective. Cauzele psihologice sunt multiple, complexe. Ele apar frecvent ca cauze finale.

Datorită complexității cauzalității psihice, cele mai multe legi, ce guvernează viața psihică, au un caracter probabilist (statistic). Deci fenomenele, depinzând de numeroşi factori, sunt influențate şi de legile probabilității.

Principiul dezvoltării – spre deosebire de lumea anorganică viața presupune o permanentă transformare, o succesine de procese, prin care se realizează schimburi materiale şi informaționale între o vietate şi natură. Cu atât mai mult se aplică această observație a vieții psihice, care presupune o continuă activitate, o continuă evoluție. Această continuă transformare este în funcție de dezvoltarea biologică (creierul, ca orice organ îşi are evoluția sa), dar mai ales intervin factorii sociali, influența ambianței sociale. Un rol îl au chiar factorii psihologici: conştiința de sine, idealurile, speranțele influențează activitatea noastră şi devenirea propriului psihic. Constatarea aceasta ne obligă să nu uităm „mobilitatea" psihică şi să căutăm totdeauna să înțelegem procesul apariției şi dezvoltării unui proces psihic.

Princiliul organizării sistemice – psihicul formează un sistem hipercomplex. L. von Bertalanffy este autorul teoriei sistemelor, pentru el sistemul fiind „orice ansamblu de elemente aflate într-o interacțiune ordonată (nonîntâmplătoare)".

Pentru a accentua un aspect esențial am putea defini *sistemul* drept un ansamblu de elemente, a căror interacțiune conduce la apariția unor proprietăți specifice, ce nu le posedă părțile constitutive ale ansamblului. Există sisteme: *închise* (au relații energetice) şi *deschise*, care caracterizează ființele vii (schimburi de energie, de substanță şi informație).

Psihicul este un sistem deschis, în cazul său aspectul informațional fiind cel hotărâtor. Totodată, este şi un sistem dinamic, în continuă transformare.

Psihicul formează şi un sistem hipercomplex, având un mare număr de elemente, fiecare dintre ele fiind la rândul lor sisteme (perceptive, conceptuale etc.).

O altă caracteristică importantă a sistemului psihic este faptul de a fi un ansamblu autoreglabil. Principiul sistematizării ne obligă să nu uităm dependența multiplă a oricărui proces de alte subsisteme şi de sistemul cel mai cuprinzător – persoana, eul ei.

Cuvântul „metodă" vine de la grecescul *„methodos"*, care înseamnă „cale, drum spre ceva".

După A. Lalande, metoda este „un program reglând dinainte o succesiune de operații şi semnalând anumite greşeli de evitat în vederea atingerii unui rezultat determinat".

Ca program, metoda este un sistem, o structură de noțiuni şi judecăți vizând o activitate. Metoda are deci o existență rațională şi nu presupune neapărat acțiuni practice. Totuşi ea diferă de teorie prin faptul că are un caracter normativ, formulând unele indicații, reguli, dar metoda e strâns legată de teorie. O teorie coerentă conduce la o metodă precisă.

Există divergențe în legătură cu numărul de metode utilizabile în psihologie. După unii, există doar două metode fundamentale: observația şi experimentul. Alții, dimpotrivă, enumeră 11 metode (G. Allport,1981), din care mai multe sunt similare. De aceea vom adopta o poziție de compromis, descriind 6 metode: observația, experimentul, convorbirea, chestionarea, metoda biografică şi testele.

Mai există şi asemenea metode, cum ar fi: studierea produselor activității, metoda genetică şi comparativă; metode statistice în psihologie etc.

Vom trece la analiza lor succesivă.

Metoda observației

Observația ca metodă constă în *urmărirea atentă şi sistematică a unor reacții psihice cu scopul de a sesiza aspectele lor esențiale.*

În psihologie există două tipuri de observații, pe baza cărora:

- urmărim reacțiile psihice exterioare ale unei persoane (observația externă);
- urmărim propriile noastre procese psihice (observația internă sau autoobservarea).

Introspecția (autoobservarea) este tocmai această observare atentă a propriilor noastre trăiri, insesizabile din exterior, ea are la bază o proprietate unică şi caracteristică omului: dedublarea – însuşirea de a trăi o stare şi de a fi conştient de ea, în acelaşi timp.

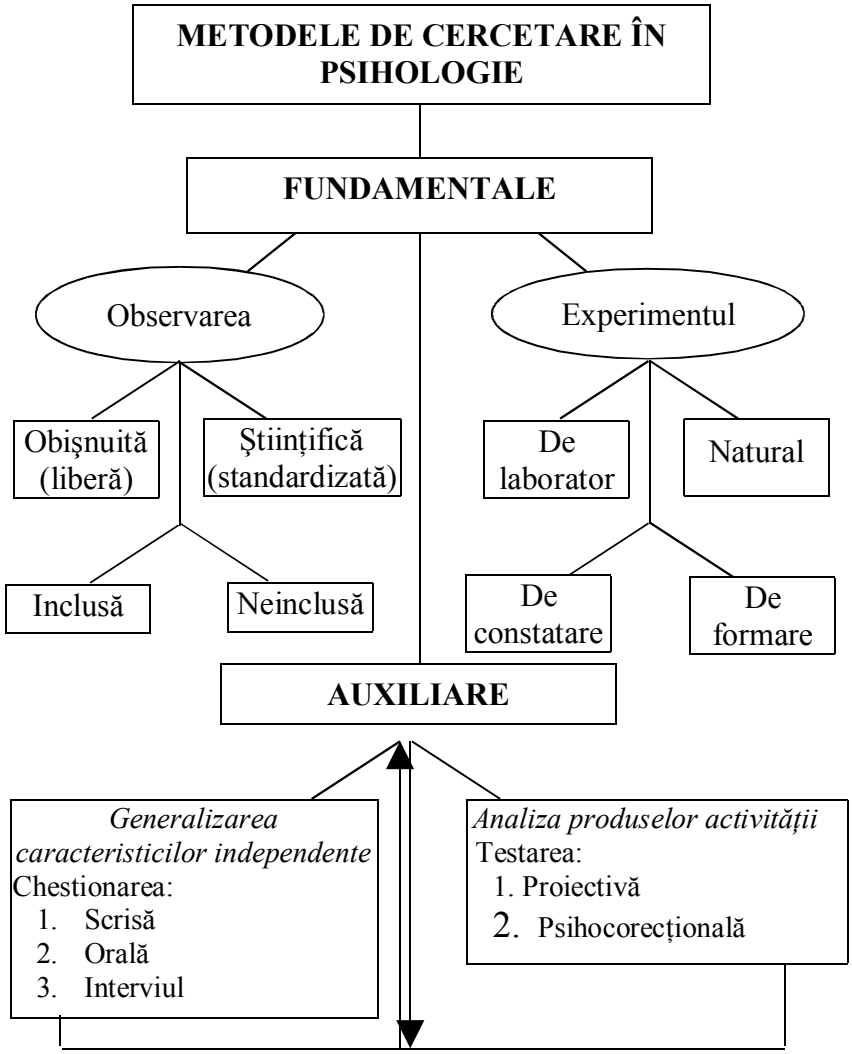


Fig. 4. **Metodele de cercetare în psihologie.**

Introspecţia a fost şi este mult utilizată de filosofi. Veacuri de-a rândul ea a constituit principala sursă de consideraţii psihologice. Sec. XX a început însă printr-o virulentă critică adusă acestei metode.

Cu toate deficienţele reale, practic nu s-a putut renunţa niciodată la această metodă, deoarece e aproape imposibilă cunoaşterea motivelor adevărate, a atitudinilor, a viselor, a aspiraţiilor cuiva fară a recurge la datele introspective.

Când urmărim manifestările exterioare ale altor persoane, vorbim de *extrospecţie*, de observarea externă. Suntem atenţi la faptele, replicile, expresiile lor. Prezenţa unei persoane, care observă, poate schimba fundamental conduita celorlalţi. Aproape nimeni nu se poartă la fel când se ştie singur, ca atunci când este urmărit de alţii.

Toate aceste aspecte fac evidentă necesitatea respectării anumitor condiţii pentru ca să fim siguri de obţinerea unor informaţii obiective, de valoare ştiinţifică.

Cerinţele faţă de observare:

– să clarificăm din capul locului ce urmărim să constatăm, ce aspecte ale comportării, în ce situaţii şi în care moment. În felul acesta evităm să scăpăm din vedere fapte, reacţii importante pentru ipoteza pe care ne-o schiţăm în legătură cu persoana observată ori cu fenomenul avut în vedere.

– să ne asigurăm de posibilitatea unor numeroase observaţii, pentru a putea deosebi ceea ce este esenţial, caracteristic de ceea ce este secundar. În acest sens, este important nu numai numărul de fapte, ci şi varietatea lor, varietatea condiţiilor în care observăm.

– pentru a putea interpreta corect, se cere să notăm cât mai exact observaţiile noastre, însă astfel încât să se distingă net-faptele de eventualele interpretări (necesare, însă posibil să fie modificate).

– e bine ca persoana observată să nu-şi dea seama de această situaţie pentru a reacţiona în mod firesc. Putem realiza acest lucru dacă facem parte dintr-un grup în care se află subiectul, ce ne preocupă şi-l vom urmări prin scurte priviri în momentele favorabile (observarea inclusă, descrisă de psihologul Olşanski).

Pentru efectuarea observaţiei vom folosi diverse aparate tehnice de înregistrare a datelor: cameră video, casetofon, săli speciale pentru observaţii,etc.

La interpretarea observaţiilor ţinem cont de context, de situaţie, cât şi de atitudinile, expresiile subiecţilor. Pentru clarificarea datelor nesigure ne poate ajuta mult o convorbire cu persoanele studiate, convorbirea constituind ea însăşi o metodă de cercetare psihologică.

Variantele observaţiei:

- externă (extospecţia);
- internă (introspecţia);
- liberă;
- standardizată;
- inclusă;
- laterală.

Experimentul

Este considerat cea mai importantă metodă de cercetare, având posibilitatea de a furniza date precise şi obiective.

Prin experiment înţelegem *provocarea deliberată a unui fenomen psihic, în condiţii bine determinate, cu scopul de a găsi sau a verifica o ipoteză (studierea fenomenului)*. Aceasta este deosebirea esenţială a experimentului faţă de observaţie, respectiv, autoobservaţie. Valoarea experimentului derivă din faptul că modificăm una din condiţii şi urmărim ce transformări rezultă; mărimea acestora ne indică ponderea factorului influenţat în producerea efectului.

În experiment există două categorii (de bază) de variabile:

– independente (asupra lor acţionează numai experimentatorul);

– dependente (cele ce depind de variabilele independente).

Numărul variabilelor ce pot fi luate în considerare este foarte mare: există diverşi factori ai mediului natural, mediul social (diferite persoane), apoi variabile subiective. După scopul urmărit, experimentatorul modifică unele din ele, altele rămânând constante, ceea ce îi permite să inducă o serie de concluzii.

În conceperea şi desfăşurarea unui experiment distingem mai multe etape:

– *observarea iniţială,* în care urmărim modul de manifestare a unui fenomen psihic şi evidenţiem o problemă, ce se cere soluţionată;

– imaginăm o presupunere, *o ipoteză* vizând soluţionarea problemei degajate; totodată, concepem şi modul de verificare a ipotezei (descriem un *montaj experimental)*;

– urmează *desfăşurarea efectivă a experimentului*, în care observăm şi înregistrăm rezultatele;

– ultima etapă constă în *organizarea şi prelucrarea statistică a datelor* (experimentul psihologic se efectuează de obicei cu mai multe persoane), ce ne permit să facem anumite concluzii, generalizându-le în funcţie de structura şi amploarea populaţiei. Deseori concluziile ne conduc la schimbarea ipotezei şi conceperea unui alt experiment. Reuşita experimentului depinde esenţial de valoarea ipotezei şi ingeniozitatea montajului experimental; aceasta implică uneori utilizarea mai multor grupe de subiecţi, pentru a putea disocia o anumită variabilă

(A. Cosmovici, 1980). În acelaşi timp, e foarte importantă calitatea observaţiilor. În experiment există două observaţii: cea iniţială şi cea finală (efectuată în timpul desfăşurării experimentului). Comparaţia dintre ele ne permite să tragem anumite concluzii. Cl. Bernard definea experimentul ca fiind „o observaţie provocată". Precizarea unor înregistrări a pus problema măsurării în psihologie, fiindcă o manifestare psihică nu e numai prezentă sau absentă, ci poate fi mai mult sau mai puţin intensă.

Se pot descrie 3 tipuri de experimente psihologice:

- ***Experimentul de laborator*** este realizat într-o încăpere amenajată, utilizându-se diferite aparate sau materiale. Avem avantajul posibilităţii de a elimina tot felul de factori perturbatori, însă subiectul se află în condiţii artificiale şi în faţa unor sarcini neobişnuite, încât e greu să putem extinde rezultatele obţinute şi asupra comportamentului în condiţiile vieţii obişnuite.

Experimentul de laborator a fost introdus ca metodă specifică de cercetare în psihologie de către W. Wundt în a. 1879. Din timpul lui Wundt până în prezent experimentul de laborator a cunoscut o evoluţie spectaculoasă, atăt sub aspectul sferei de extensiune, căt şi sub cel al structurii interne şi al suportului tehnic. Modelele experimentale au cunoscut o continuă diversificare şi perfecţionare. Experimentul de laborator este integral controlat de cercetător.

- ***Experimentul în condiţii standardizate*** e cel, care se desfăşoară într-o ambianţă obişnuită (un birou, o sală de clasă), dar subiectul e supus totuşi unor probe cu care nu e familiarizat, premisele acestora sunt strict standardizate – aceleaşi pentru toţi subiecţii.
- ***Experimentul natural*** *sau* ***de teren*** se organizează după aceleaşi criterii şi rigori ca şi cel de laborator, dar se efectuează în cadrul natural de activitate al subiectului. A fost introdus pentru prima dată în cercetarea curentă de psihologul rus Lazurski, la înc. sec. XX. El constă în a urmări o persoană sau un grup de persoane în condiţiile vieţii sale obişnuite, în care a survenit o modificare.

De exemplu: un profesor s-a hotărât să utilizeze săptămânal filme didactice, câte ½ de oră. Psihologul poate examina efectele unor asemenea modificări.

Multă vreme şcoala a fost principalul cadru de aplicare a experimentului natural. În ultimele decenii, sfera experimentului natural s-a extins şi asupra activităţilor profesionale (reorientarea şi reprofilarea profesională), în studiul comportamentului organizaţional, în psihoterapia comportamentală, etc.

Metoda experimentală este foarte valoroasă.

Experimentul psihologic întâmpină multiple obstacole. Dar cu perseverenţă şi ingeniozitate se pot obţine rezultate importante (Jean Piaget).

Este foarte important să îmbinăm experimentul cu alte metode (observarea, convorbirea, metoda biografică, testele proiective).

Metoda convorbirii

Pentru ca o convorbire să se ridice la rangul de metodă ştiinţifică ea trebuie să fie *premeditată* în vederea obţinerii unor date cu privire la o persoană. Premeditată în sensul de a fi pregătită, gândită dinainte cu scopul îndeplinirii unor condiţii, care să garanteze obţinerea unor date valabile, importante pentru cercetarea ce o întreprindem.

Adesea pentru obţinerea unor informaţii despre aspectele personalităţii, care nu pot fi nici nemijlocit observate, nici provocate experimental şi nici obiectivate în produsele activităţii, recurgem la *interogarea* directă a subiectului, prin metoda interviului sau a convorbirii. Obiectul acestei metode îl poate constitui decelarea anumitor trăsături atitudinal-caracteriale globale de personalitate, sau traiectoria şcolară, traiectoria şi statutul profesional, viaţa de familie, comportamentul relaţional, dimensiunea proiectivă – dorinţe, aşteptări, aspiraţii, idealuri etc.

Metoda poate fi aplicată în formă *liberă* (spontană), începând cu 2–3 întrebări introductive stabilite dinainte, apoi întrebările urmând a fi găsite şi formulate pe loc, în funcţie de răspunsurile şi atitudinea subiectului. Forma liberă pare mai naturală, subiectul considerându-se

angajat într-o discuție amicală. Aceasta îl va determina să se cenzureze mai puțin şi să dea răspunsuri mai sincere, mai puțin căutate şi simulate. Dar pentru a fi aplicată cu naturaleţea şi dezinvoltura necesare şi, în acelaşi timp, cu rigoarea corespunzătoare, forma liberă reclamă din partea psihologului o deosebită abilitate şi o bogată experiență în domeniu. Orice crispare, orice stângăcie în ținută şi în formularea întrebărilor devin stimuli inhibitori sau perturbatori, care fie că blochează tendința de destăinuire a subiectului, fie că-l obligă la răspunsuri formale, artificiale.

Cea de a doua formă a acestei metode este structurată (*convorbirea standardizată).* Cercetătorul îşi alcătuieşte dinainte o schemă a interviului, în care menționează problema sau scopul de atins şi formulează principalele întrebări, prin care urmăreşte obținerea unei informații suficiente, veridice şi relevante (nu este permis să modificăm întrebările în timpul conversației).

O mare importanță pentru asigurarea sincerității răspunsurilor subiectului are modul de înregistrare a informației, pe care-l foloseşte psihologul. Recomandabil ar fi ca acesta să fie maxim discret, subiectul netrebuind să ştie sau să vadă că ceea ce spune el este înregistrat. Convorbirile standardizate sunt utilizate dacă vrem să interogăm un mare număr de persoane, de obicei în cadrul unei anchete. Ele sunt preferate de sociologi.

Convorbirea cu o persoană este cea mai directă cale pentru a afla detalii referitoare la motive, aspirații, trăiri afective, interese. Este contraindicat ca psihologul să facă aprecieri şi judecăți de valoare – de tipul „este greşit", „este adevărat", „foarte rău", „este inadmisibil" etc. pe marginea răspunsurilor date de subiect.

Metoda convorbirii se consideră una din cele mai dificile, deoarece este nevoie de o colaborare din partea subiecților: nu e simplu să convingi o persoană, de obicei necunoscută, să colaboreze cu sinceritate în sondarea ființei sale. Există unele persoane cărora le place să-şi povestească viața, necazurile, altele sunt însă foarte rezervate. Este necesar ca psihologul să le câştige încrederea; să-şi dea seama că nu există nici un risc, fiind vorba de o cercetare în cadrul căreia ele vor fi subiecți anonimi. Uneori le putem trezi dorința de a contribui la succesul unei investigații ştiințifice. Intervine tactul cercetătorului de a se face plăcut, de a inspira încredere; de el depinde în mare măsură succesul convorbirii.

Chestionarea

Convorbirea necesită mult timp. De aceea, când vrem să cuprindem o populație mai largă, se recurge la chestionare, acestea fiind de fapt convorbiri purtate în scris.

Mai exact, am putea defini un chestionar ca fiind un *sistem de întrebări elaborat în aşa fel încât să obținem date cât mai exacte cu privire la o persoană sau un grup social.*

Există chestionare cu *răspuns deschis*, când subiectul are libertatea de a răspunde cum crede el de cuviință, şi altele cu *răspuns închis*, în care i se dau mai multe răspunsuri posibile din care el alege pe cel considerat convenabil. Acest din urmă tip de chestionar are avantajul că se completează uşor de către subiect şi poate fi „cuantificat" (prin acordarea de puncte se pot stabili diferențe cantitative între persoanele, care completează chestionarul). Însă are şi dezavantajul că poate sugera răspunsuri la care subiectul nu s-ar fi gândit.

Asemenea convorbirii, chestionarul întâmpină două categorii de dificultăți: cele ce decurg din particularitățile introspecției şi aceea de a câştiga încrederea subiectului pentru a răspunde în mod sincer şi cu seriozitate. Acest din urmă dezavantaj este sporit la chestionar, întrucât, neavând un contact direct cu subiectul în timpul răspunsului, n-avem nici un fel de indiciu pentru a putea aprecia sinceritatea şi angajarea sa efectivă. De aceea, prima şi cea mai importantă condiție a unui chestionar este de a fi alcătuit în aşa fel încât *să combată tendința de fațadă*, ceea ce nu este deloc facil. Unul dintre mijloace este acela de a evita întrebările directe; se prezintă o afirmație şi se cere să se aprecieze dacă e corectă sau nu. Ca şi la convorbire, va trebui să evităm sugestionarea persoanei.

Elaborarea unui chestionar se dovedeşte a fi un lucru complicat, cerând calificare şi experiență.

Metoda biografică

Metoda biografică este denumită şi *anamneză* după termenul folosit în medicină, unde ea desemnează reconstituirea istoricului unei maladii. În psihologie, metoda biografică implică o *analiză a datelor privind trecutul unei persoane şi a modului ei actual de existenţă.* Acest studiu al trecutului e foarte important, fiindcă în primii ani ai vieţii, îndeosebi în familie, se pun bazele caracterului, ale personalităţii.

Metoda biografică este destinată studiului personalităţii globale. Prin ea cercetătorul îşi propune să înţeleagă şi să explice tabloul actual al organizării psihocomportamentale în funcţie de istoria anterioară a individului. Analiza biografică devine absolut necesară şi indispensabilă în cercetarea psihologică, în care orice reacţie concretă trebuie interpretată şi prin raportarea la personalitate în integritate.

Ca recomandare generală se poate formula exigenţa de orientare selectivă, urmărind evidenţierea şi înregistrarea nu a tuturor întâmplărilor, pe care le-a traversat individul, ci numai a celor semnificative, care prin conţinutul şi impactul avut au marcat structural cursul devenirii ulterioare a profilului de personalitate.

Informaţia primară în cadrul metodei biografice se poate recolta pe două căi: *una indirectă şi alta directă.*

Calea indirectă constă în studiul documentelor (fişe şcolare, fişe profesionale, caracterizări, recomandări, jurnale, date de familie etc.) şi în discuţii cu persoane cu care subiectul studiat se află în relaţii semnificative – rude, prieteni, colegi, şefi, etc.

Calea directă constă în obţinerea datelor, care ne interesează de la însuşi subiectul studiat, în cadrul unor convorbiri sau interviuri speciale. Calitatea şi relevanţa informaţiei vor depinde atât de structura de personalitate a subiectului, cât şi de capacitatea psihologului.

În cazul investigaţiei biografice putem diferenţia două aspecte fundamentale: culegerea datelor şi interpretarea lor (aspect esenţial şi cel mai dificil al metodei biografice).

Psihologul german H. Thomae a elaborat un model de analiză a materialului biografic, el evidenţiind posibilitatea utilizării a 29 de categorii, prin care putem privi trecutul persoanei, acestea au fost împărţite în patru grupe:

- *categorii formale* (monotonie – schimbare; armonie – agitaţie);
- *categorii cognitive* (închis – deschis; prietenie – duşmănie);
- *categorii existenţiale* (probleme de motivaţie personală – probleme de creaţie);
- *categorii instrumentale* (procese de adaptare – mecanisme de apărare).

Întrucât se adresează personalităţii ca integritate, metoda biografică nu poate avea o schemă de tip algoritmic, ci numai una euristică, flexibilă, care să permită schimbarea unghiului de abordare, a seriei întrebărilor, a atitudinii. De aceea, eficienţa ei va depinde, în primul rând, de experienţa şi priceperea psihologului.

Metoda testelor

Testul este *o probă standardizată, vizând determinarea cât mai exactă a gradului de dezvoltare a unei însuşiri psihice sau fizice.* Am adăugat şi însuşirile fizice, deoarece medicii sau antrenorii sportivi utilizează şi ei teste, vizând determinarea performanţelor de care sunt capabile unele persoane.

Standardizarea constă în obligaţia de a aplica exact aceeaşi probă, în exact aceleaşi condiţii psihologice, utilizând un consemn identic pentru toţi subiecţii.

Această metodă îşi are originea în încercările antropologului englez Francis Galton, de la sfârşitul secolului trecut, de a înregistra şi a măsura cu ajutorul unor probe anumite capacităţi intelectuale, pe care el le socotea predeterminate (înnăscute).

Termenul *test* a fost introdus de J. McKeen Cattell în a. 1890. Elaborarea metodei propriu-zise, în varianta sa modernă, se datoreşte însă psihologului francez Alfred Binet (1857–1911). Mai târziu, centrul mondial al testologiei devine SUA, acolo au preluat şi dezvoltat cercetările realizate până atunci.

Putem deosebi *patru tipuri de teste:*

- teste de inteligență și dezvoltare intelectuală;
- teste de aptitudini și capacități;
- teste de personalitate (referindu-se la trăsături de caracter și temperamentale);
- teste de cunoștințe (utilizate de obicei în învățământ).

Structura probelor este extrem de variată: uneori se utilizează aparate, alteori diverse materiale (cuburi, planșe, fotografii etc.); în unele cazuri se recurge doar la creion și hârtie, ca la orice probă de control.

Printre testele de personalitate cele mai răspândite sunt testele proiective, denumite astfel fiindcă au la bază în special fenomenul de proiecție (ne identificăm cu o persoană și tindem să proiectăm asupra ei felul nostru de a fi: așa cum facem la un spectacol când ne identificăm cu un personaj anumit).

Metoda testelor a cunoscut o continuă extindere și diversificare, fiind astfel folosită în toate ramurile psihologiei aplicate. Perfecționarea ei a mers în două direcții intercorelate:

1. Elaborarea unor probe noi, mai eficiente și mai adecvate scopului urmărit, ajungându-se în prezent la peste 10.000 de teste;
2. Perfecționarea procedeelor statistico-matematice de etalonare și validare.

Principalele caracteristici ale unui test sunt:

α) validitatea;
β) fidelitatea;
χ) etalonarea;
δ) standardizarea.

În clasificarea testelor se recurge la mai multe criterii:

- *După obiectul testării* delimităm două categorii mari de teste: *de performanță*, cu răspunsuri cuantificabile și a căror clasificare este univocă și *teste nonparametrice* (dispoziționale), cu răspunsuri, care reclamă o interpretare calitativă și după care subiecții nu pot fi categorisiți în buni și slabi, superiori și inferiori (ele permit o identificare individualizatoare sau tipologică).

Testele de performanță se divizează în:

- teste de cunoștințe;
- teste de nivel (de dezvoltare);
- teste de inteligență;
- teste de aptitudini (tehnice, matematice, artistice, etc.).

La rândul lor *testele nonparametrice* se împart în:

- teste de comportament;
- teste de personalitate.

- *După modul de aplicare,* se delimitează teste individuale și teste colective.
- *După modul de codificare a sarcinilor (itemilor)* se disting testele verbale și testele nonverbale.
- *După modul de dozare a timpului de aplicare* diferențiem: teste cu timp impus și teste cu timp liber.

O importanță semnificativă o are așa-numitul *interviu post test,* care permite o interpretare mai corectă și individualizată a datelor finale, ceea ce sporește semnificativ veridicitatea judecăților diagnostico-prognostice.

Tema 2. PSIHICUL CA OBIECT DE CERCETARE AL PSIHOLOGIEI. NATURA PSIHICULUI UMAN

2.1. Psihicul ca obiect de cercetare al psihologiei

Problema obiectului de cercetare este esențială pentru orice știință. Atâta vreme cât ea nu-și delimitează un domeniu, un aspect distinct din realitate, atâta vreme cât nu-l convertește în

obiect al reflexiilor şi investigaţiilor empirice nu se poate considera că a ajuns la stadiul de ştiinţă. Însă asemenea demersuri nu sunt deloc simple şi uşoare, ci extrem de complexe şi dificile, cu atât mai mult atunci când este vorba despre psihologie. Iată de ce a răspunde la oricare altă întrebare înainte de cea referitoare la obiectul psihologiei ar fi un nonsens.

Psihologia în căutarea propriului ei obiect

Am dori să începem discuţia referitoare la obiectul psihologiei prin relatarea unui fapt, care are, în opinia noastră, multiple semnificaţii. Între 18 şi 20 septembrie 1985, Asociaţia de psihologie de limbă franceză a organizat la Lisabona un simpozion pe tema: *„Comportament, cogniţie, conştiinţă”*. Cu acest prilej, un reputat psiholog francez, Paul Fraisse, a prezentat o comunicare ştiinţifică incitant intitulată: *„Psihologia în căutarea propriului ei obiect?”* (a se reţine semnul de întrebare). La prima vedere, formularea lui Fraisse suscită o nedumerire. Cum, ne putem întreba, nici până astăzi psihologia n-a fost capabilă să-şi delimiteze propriul ei obiect de cercetare ? Încă se mai află în căutarea acestuia ? Mai ciudat este însă un alt fapt. După doi ani, în a. 1987, lucrările simpozionului au fost publicate. Cartea apărută poartă titlul „Comportament, cogniţie, conştiinţă” şi subtitlul „Psihologia în căutarea propriului ei obiect” (fără semn de întrebare).

Aşadar, incertitudinea lui Fraisse s-a transformat într-o certitudine la sfârşitul simpozionului. La întrebarea, dacă psihologia se află în căutarea obiectului ei de cercetare se răspunde afirmativ: da, psihologia se află în căutarea propriului ei obiect de investigare.

După părerea noastră, concluzia este parţial fondată. Nu faptul că psihologia nu are încă un obiect propriu de cercetare ar trebui să ne îngrijoreze, ci acela că are *prea multe*.

Să ne reamintim de cele 11 „psihologii” enumerate şi analizate de Murchinson în 1925 şi 1930; de celebra formulare a lui Spearman 8 „sinistră pluralitate”) vizavi de multitudinea psihologiilor, de îndemnul lui Erich Stern de a răspunde la întrebarea: „Care psihologie?” atunci când abordăm un asemenea subiect, întrucât nu există o singură psihologie, ci mai multe. Mergând mai departe, credem că nici existenţa prea multor obiecte de cercetare n-ar trebui să ne decepţioneze, ci faptul că nu există încă un obiect unitar de cercetare a psihologiei.

Aceasta ar fi adevărata cauză, care ne-ar permite să fim de acord cu subtitlul lucrării coordonate de Miguel Seguan. Se află psihologia în căutarea propriului ei obiect de cercetare ? Da, însă a unui obiect unitar.

Ajunşi aici, o nouă întrebare se prefigurează: de ce a fost şi este, poate, dificilă elaborarea unui obiect unitar al psihologiei? Din cauza incompetenţei psihologilor? Fără îndoială că nu! Atunci, ce anume a îngreuiat sau chiar a împiedicat consensul psihologilor în ceea ce priveşte obiectul de cercetare al disciplinei lor ?

Factorii, care au condus la elaborarea întârziată a obiectului unitar al psihologiei:

- Unul dintre aceştia, poate cel mai important, este de *ordin ontologic şi se referă la complexitatea existenţială a psihicului* în linii generale, a fenomenelor, proceselor, însuşirilor, stărilor psihice în particular, investigate de psihologie.
- A doua categorie de factori sunt de *ordin gnoseologic, fiind legată de avatarurile (transformările neprevăzute) reflecţiilor teoretice şi ale investiţiilor empirice.* Printre aceştia, mai importanţi sunt cei de mai jos.
- *Existenţa unor teorii, concepţii, şcoli şi orientări psihologice, care prezintă contracţii externe.*

Dacă spre sfârşitul sec. al XIX-lea psihologia a început să-şi afirme treptat statutul său de ştiinţă, delimitându-şi problemele şi stabilindu-şi metodele de cercetare, la începutul sec. XX şi apoi în decursul lui şi-a elaborat şi închegat marile construcţii teoretice, şi-a rafinat metodele de investigaţie. Asociaţionismul, behaviorismul, gestaltismul, psihanaliza, psihologia umanistă sunt marile curente şi orientări, care au marcat întreaga istorie a psihologiei, fiecare dintre ele propunând diverse modele explicative asupra vieţii psihice.

Dacă la acestea adăugăm şi diferitele lor subdiviziuni (reflexologia, psihologia conţinutului, psihologia actului, psihologia înţelesului sau a explicării etc.), vom înţelege şi mai bine dificultatea reală pe care o ridică în faţa delimitării obiectului psihologiei.

- *Existenţa unor teorii, concepţii, şcoli şi orientări psihologice, care prezintă contradicţii interne.*

Aproape fiecare orientare, dar cu precădere behaviorismul şi psihanaliza, şi-au dezvoltat, cu timpul, forme noi, care încearcă să depăşească limitele variantelor iniţiale. La ora actuală există nu numai behaviorism, ci şi neobehaviorism, nu numai freudism, ci şi neofreudism.

Linia behavioristă inaugurată de Watson a fost treptat înlocuită cu cea propusă de E.C. Tolman (1886–1959), Heinz Hartman (1894–1970) şi mulţi alţii şi a fost renovată de Karen Horney (1885–1952) şi Erich Fromm (1990–1986).

Noile variante de behaviorism şi freudism, deşi nu renunţă la postulatele iniţiale, aduc modificări atât de importante, încât fac de nerecunoscut vechile orientări.

- *Închiderea în ele însele a şcolilor şi orientărilor psihologice, hegemonismul (supremaţia sau dominaţia) lor.*

Deşi toate sunt parţiale, limitate, fiecare dintre ele se pretinde a fi generală totalitară; deşi realitatea pe care o studiază este atât de complexă şi diversă, ele o reduc la un singur model explicativ, îngustând astfel enorm de mult obiectul de studiu al psihologiei (vezi *tab. 1*).

Tabelul 1

Sinteza perspectivelor de abordare a obiectului psihologiei

Perspective de analiză / *Criterii de analiză*	**Viaţa psihică interioară**	**Comportamentul**	**Conduita / activitatea**	**Omul concret**
	Introspec-ţionismul, psihanaliza	**Behaviorismul**	**Psihologia conduitei**	**Psihologia umanistă**
Debut	– Europa (Germania, Leipzig-Wundt, 1879 – Europa (Austria, Viena – Freud, 1900–1904)	SUA (Watson – 1913)	Europa (Franţa, Janet – 1912–1918; 1931–1932)	SUA Maslow – 1954, Rogers – 1951
Obiect	– Stări mintale conştiente – Inconştientul şi sexualitatea	– Relaţia directă S-R – Comporta-mentele viscerale, motorii, laringeale	– Conduitele inferioare şi superioare ale omului	– Sinele individual şi unic al omului – Alegerea, creativitatea, valorizarea, autoactualizarea
Metodologii, metode	– Subiective – Metoda introspecţiei – Metoda psihanalitică	– Obiective (principiul holismului metodologic – Observaţia externă – Experimentul	– Obiective şi subiective – Observaţia, Experimentul, Metoda clinică, Psihanalitică, Microsocio-logică	– Interpretative – (principiul individualismului metodologic) – Obiective, subiecte, proiective
Finalitate	– Descriptivă, explicativă – Terapeutică	– Descoperirea şi formularea legilor cauzale – Ameliorarea şi dirijarea com-portamentului	– Descriptivă – Explicativă – Interpre-tativă, –Amelio-rativă – Terapeutică	– Dezvoltarea şi maturizarea personală – Cultura relaţiilor interpersonale – Schimbarea societăţii
Dezvoltări ulterioare	– Itrospecţia experimentală (Binet, Şcoala de la Wurzburg)	– Neo-behaviorismul (Tolman)	– Psihologia acţionează (Wallon, Piaget, Vâgotski, Leontiev, Rubinstein)	– Psihologia transpersonală (Vaughan, Walsh)

Termenul, ca atare, de *psihologie* a fost introdus de învățatul german Rodolphe Goglenius în sec. XVI.

Mulți cercetători au demonstrat că una dintre posibilele definiții ale psihologiei este cea *etimologică*. Pornind de la termenul de „psihologie" (l. greacă „*psyche*" – suflet, „*logos*" – știință) ajungem cu ușurință la definirea psihologiei ca „*știință a psihicului*." Imediat apare însă întrebarea: Dar ce este psihicul? Şi mai ales: care este natura psihicului?

Înainte de a formula un răspuns argumentat la întrebarea „ Ce este psihicul?", oamenii simpli, dar şi savanții, gânditorii sau cercetătorii au sesizat, au intuit şi au înțeles complexitatea şi multilateralitatea acestui fenomen.

Încă de foarte timpuriu, s-a conştientizat polivalența extraordinară a psihicului, în general, şi a celui uman în special, poziția excepțională, statutul de excepție al fenomenelor psihice şi al corelatelor lor comportamentale în rândul celorlalte fenomene existente în univers.

La ora actuală se consideră chiar că în universul cunoscut nu există fenomene mai complexe decât cele psihice.

Mărturie în acest sens stau concepțiile contradictorii, care au fost elaborate asupra psihicului, disputele aprige, care au avut loc între religie, mitologie, filosofie şi știință referitoare la specificul fenomenelor psihice.

Încă din timpurile străvechi omul a observat că există fenomene materiale – natura înconjurătoare, oamenii, diferite obiecte – şi ideale – cum sunt imaginile, gândurile, retrăirile – fenomene ascunse, mai misterioase.

Nefiind în stare să-şi explice aceste fenomene enigmatice, neînțelese, să dezvăluie natura şi cauzele provenirii lor, oamenii au început să creadă că ele există independent de lumea reală ce-i înconjoară.

Astfel au apărut reprezentările despre trup şi suflet, despre materie şi psihic ca elemente independente şi contrarii, aşa au apărut două direcții principale contrarii în înțelegerea psihicului: cea materialistă şi cea idealistă.

Esența concepției idealiste a fenomenelor psihice constă în faptul că psihicul este privit ca ceva primar, care există independent de materie.

Esența concepției materialiste despre psihic este exprimată în următoarele 3 principii:

1. Psihicul este conceput ca un fenomen secundar, care provine din materie, iar materia – ca fenomen primar, ca substratul, baza psihicului.
2. Psihicul se înțelege ca o însuşire a materiei organizate într-un mod specific – a creierului.
3. Psihicul apare ca însuşirea creierului de a reflecta lumea materială înconjurătoare.

Psihicul este însuşirea materiei special superior organizate (MSSO), cu ajutorul căreia are loc reflectarea subiectivă şi obiectivă a realității înconjurătoare.

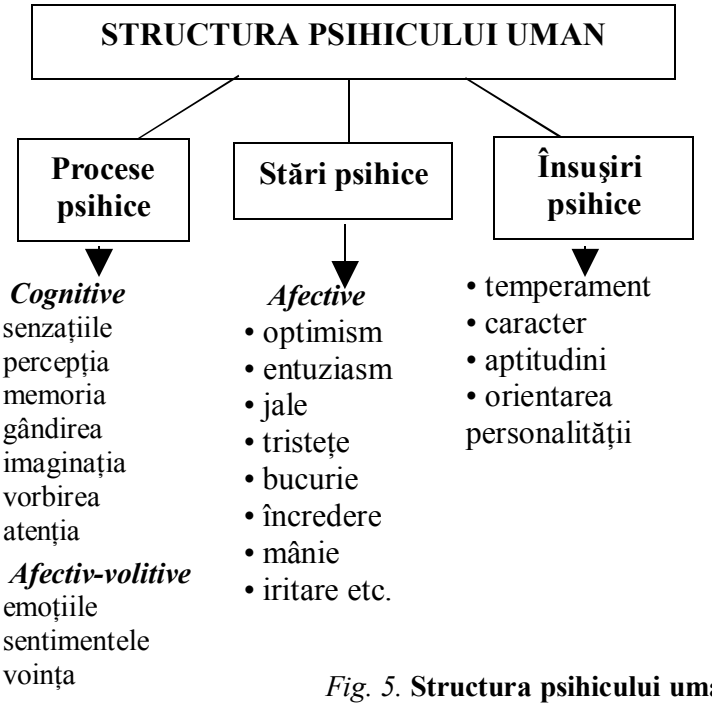


Fig. 5. **Structura psihicului uman.**

Procesele psihice reprezintă reflectarea dinamică a realităţii în diferite forme ale fenomenelor psihice.

Stările psihice sunt nivelul relativ stabil al activităţii psihice concretizat în momentul dat, care se exteriorizează printr-o activitate mai intensă sau mai slabă a personalităţii.

Însuşirile psihice reprezintă nişte formaţii stabile, care asigură un anumit nivel calitativ şi cantitativ al activităţii şi conduitei, caracteristic pentru omul respectiv.

Pentru a defini mai complex psihicul, o să recurgem la o definiţie numită „tip caracterizare", care îşi propune mai întâi inventarierea principalelor caracteritici sau note definitorii ale psihicului, apoi sintetizarea lor într-o formulare concisă.

Pentru a ajunge însă la descoperirea notelor definitorii ale psihicului este necesară respectarea unui anumit demers. Acesta ar consta în *raportarea psihicului la un criteriu exterior lui însuşi, în vederea surprinderii propriei identităţi*.

- Dacă raportăm psihicul la ceea ce în mod obişnuit se numeşte conexiunea sau interacţiunea universală a lucrurilor, el apare ca fiind un caz particular al acestei conexiuni, o *formă sau o expresie a vieţii de relaţie*.
- Dacă raportarea psihicului se face la materie, la substratul lui material, atunci el va apărea ca un produs (un rezultat) al materiei sau, cum este numit în mod curent, *o funcţie a materiei superior oragnizate (creierul)*.
- Dacă îl raportăm la realitatea înconjurătoare naturală (la lumea obiectelor, lucrurilor şi fenomenelor fizice, naturale), el va apărea ca o reproducere în subiectiv a acestei realităţi obiective.
- Dacă raportăm psihicul la realitatea socială, la lumea oamenilor, atunci el apare ca fiind *condiţionat şi determinat socio-istoric şi socio-cutural*.

Cele patru note definitorii ale psihicului le redăm în *fig. 1*.

Strângerea la un loc a celor patru caracteristici ale psihicului ne-ar putea conduce la o posibilă definiţie a acestuia. Aşadar, cel mai simplu răspuns la întrebarea: „Ce este psihicul?" ar fi**:** ***Psihicul*** *este o expresie a vieţii de relaţie*, *un fenomen inseparabil legat de structurile materiale şi cuantice, o reproducere în subiectiv a realităţii naturale obiective, un produs al condiţionărilor şi determinărilor socio-istorice şi socio-culturale.*

Aceste caracteristici sunt deocamdată generale, inexpresive. Însă pe măsură ce vor fi analizate, se vor completa în conținut şi vor oferi în final posibilitatea înțelegerii adecvate a naturii şi specificului psihicului uman.

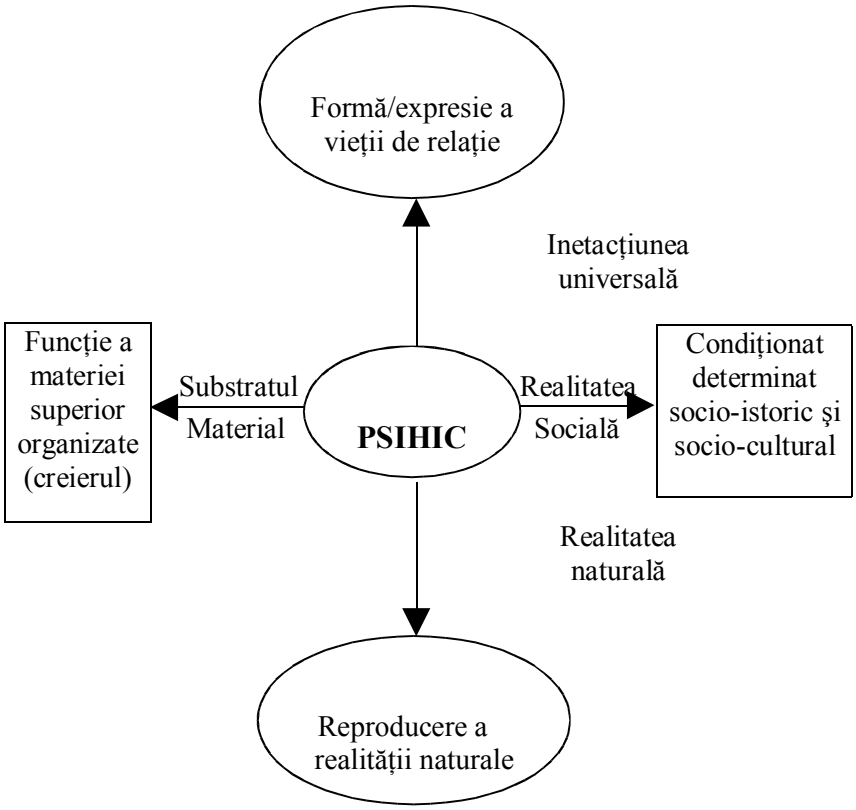


Fig. 6. **Notele definitorii ale psihicului.**

2.2. Natura contradictorie a psihicului

Dintre cele mai semnificative „perechi" de polarități, sub care este întâlnit psihicul, enumerăm:

- el este *obiectiv şi subiectiv*: este obiectiv din punct de vedere ontologic, deci existențial (psihicul unei persoane dintr-o parte a lumii); este subiectiv din punc de vedere gnoseologic, deci din perspectiva cunoaşterii (fiecare individ implicându-se în cunoaşterea prin însuşirile şi particularitățile ce-i sunt proprii, specifice); psihicul este obiectiv prin conținutul lui preluat din afară, din realitatea înconjurătoare; el este subiectiv prin forma ideală cu ajutorul căreia obiectivul este transformat în subiectiv;
- psihicul este *material şi ideal:* este material prin originea lui, în sensul că apare, se naşte din materie şi evoluează o dată cu ea, având la bază activitatea materială a creierului; este ideal, spiritual prin natura lui, fiind saturat de un conținut de imagini, idei dobândite în procesul cunoaşterii (individuale sau sociale) organizate;
- apare atât în calitate de *proces*, cât şi de *produs*: desfăşurarea procesuală vizează curgerea de timp (serială, fizică) a fenomenului psihic, succesiunea transformărilor produse în subiectul purtător al psihicului; produsul reprezintă un concentrat, un condensat al caracteristicilor cantitative şi calitative ale efectului final, ce se obține în urma interacțiunii subiectului cu obiectul; dacă privim aceste două aspecte în succesiunea lor temporală generală, constatăm că trec unele în altele; ceea ce la un moment dat a fost proces se finalizează la un alt moment dat într-un produs şi invers,

ceea ce a fost produs se instituie într-o premisă sau într-o verigă componentă a unui nou proces; pornind de la analiza produsului, putem infera fazele procesului, punctele lui forte sau slabe, chiar erorile comise în desfăşurarea lui;

- psihicul este întâlnit atât în stare *latentă (ascunsă, interiorizată),* cât şi în stare *manifestă (exteriorizată)*: complexitatea provine nu atât din existenţa celor două ipostaze ale psihicului, cât din faptul că nu întotdeauna starea latentă (virtuală) coincide cu starea manifestă (reală); dimpotrivă, uneori între ele există o netă contradicţie (una gândim şi alta spunem; una gândim, una spunem şi alta facem); o asemenea situaţie creează mari dificultăţi în interpretarea comportamentului, a relaţiilor dintre trăirile psihice şi corelatele lor comportamentale (un comportament poate fi cauzat de motive diverse, la fel cum mai multe comportamente pot avea la origine una şi aceeaşi motivaţie); în astfel de împrejurări plutim în incertitudine, fapt care lezează prestigiul psihologiei;
- psihicul dispune de desfăşurări *normale, fireşti*, dar şi de desfăşurări *surprinzătoare, patologice* (vise, halucinaţii, evocări spontane, stări emoţionale şi ideatice bizare, stranii): la fel ca în cazul anterior, complexitatea psihicului provine nu din existenţa acestor tipuri de desfăşurări, ci din imposibilitatea (uneori) trasării unei limite între normal şi patologic; pe un fond normal putem întâlni manifestări mai ciudate, dar aceasta nu înseamnă că persoana este psihopată, la fel cum şi pe un fond patologic întâlnim suficiente momente de normalitate şi luciditate, fără ca aceasta să însemne că persoana respectivă este normală; iată de ce este necesar să recurgem la o serie de criterii, care să permită diferenţierea stărilor normale de cele patologice; cum însă un asemenea fapt este destul de greu de realizat, unii autori propun să se renunţe la delimitarea printr-o graniţă fixă, rigidă a stărilor normale de cele anormale ale psihicului, în locul acesteia vorbind de un continuum, de o trecere treptată, gradată de la unele la altele;
- psihicul este atât *determinat*, cât şi *determinant*: el este cauzat, provocat, influenţat de factori şi condiţii (naturale şi sociale) din afara sau chiar din interiorul lui, dar dispune şi de iniţiative şi acţiuni determinative; el este produs al împrejurărilor, dar şi producător de împrejurări;
- psihicul este *dat,* şi *liber:* prin el, oamenii sunt pe de o parte încorsetaţi de deprinderile, stereotipiile şi automatizările, ce capătă o dată cu trecerea timpului un caracter rigid, constrângător; pe de altă parte, prin psihic oamenii îşi propagă forţa de inteligenţă şi acţiune, de experienţă şi voinţă. La om, psihicul conduce şi instrumentează viaţa, mijloceşte depăşirea naturii prin cultură.

La toate aceste ipostaze diferite, sub care apare psihicul se adaugă încă un element ce-i subliniază şi mai pregnant complexitatea, şi anume relaţia dintre spirit şi corp, psihic şi creier.

Din cele menţionate se desprind ca *definitorii* pentru psihicul uman următoarele *caracteristici*:

- psihicul este un model informaţional intern al lumii externe cu rol adaptativ specific;
- apariţia lui de înscrie ca un moment de apogeu pe scara evoluţiei animale;
- psihicul se supune legii generale a dezvoltării, modificându-şi de-a lungul timpului (istoric şi individual organizarea şi funcţiile);
- esenţa psihicului, care nu posedă nici o proprietate substanţială (greutate, volum, densitate, gust, miros etc.), rămâne de natură ideală, nonsubstanţială; el este o entitate de ordin relaţional, comunicaţional, informaţional.

În legătură cu problema esenţei vieţii psihice se află chestiunea raportului dintre suflet şi creier. Aici se disting trei perspective filosofice:

1. *Poziţia interacţionistă* spiritul ar fi o substanţă cu proprietăţi net diferite de cele ale creierului, aflându-se în interacţiune cu acesta. Deşi se află în subordine, creierul poate acţiona asupra psihicului. După René Descartes, interacţiunea s-ar produce prin intermediul glandei pineale (epifiza); după K.Popper (filosof contemporan), ea ar avea loc prin mijlocirea unor moduli existenţi în scoarţa cerebrală. De ce K. Popper tinde să

accepte existența spiritului? Fiindcă neurofiziologia actuală nu poate explica (încă) sinteza proceselor nervoase ce face posibilă percepția, voința etc.

2. A doua concepție afirmă de asemenea deosebirea dintre spirit şi materie, realități complet difetite, dar care nu interacționează. Situația este de aşa natură încât oricărei modificări în spirit îi corespunde o modificare a materiei. De accea se vorbeşte de *pararelism*. Problema este cum s-a asigurat această permanentă potrivire. Unii susțin că intervine voința divină, care a creat totul. Alții consideră că biologii, studiind misterele evoluției materiei vii, vor clarifica şi această chestiune.
3. A treia poziție constă în postularea identității, *teoria identității*: nu există decât creierul. Activitatea sa explică fenomenele psihice. Dar activitatea creierului poate fi privită din două puncte de vedere. Când observăm activitatea nervoasă din exterior, vorbim de materie, guvernată de legi. Privită din interiorul fiecăruia din noi, vedem alte aspecte şi ne referim la psihic, la spirit.

Dificultatea constă în posibilitatea stabilirii unei legături între cele două aspecte: cum e posibil ca o idee să declanşeze o acțiune, un act exterior, material? Este o problemă de mare complexitate. Ea s-ar putea rezolva dacă s-ar accepta că psihicul este expresia unei proprietăți caracteristice tuturor obiectelor şi ființelor din univers: *forma.* Psihicul ar fi forma pe care o îmbracă succesiunea proceselor nervoase din creier. (A.Cosmovici, 1990).

Creierul este un organ material, între multiplele sale procese nervoase se stabilesc numeroase şi variate raporturi, ce constituie *imagini*, deci procese psihice.

Psihicul este *imagine, formă* şi ca atare intră în lanțul cauzal al reacțiilor umane. Cu alte cuvinte, psihicul este *informație*. Ceea ce este programul (soft) pentru un calculator este psihicul pentru creier, pentru organism. Spre deosebire de calculatoarele create de om, creierul este un calculator, ce se autoprogramează mereu în funcție de experiență.

Psihicul are un *rol activ, transformator*. Psihicul este un sistem de orientare şi reflectare propriu animalelor superioare şi omului. Psihicul este produs al adapătării şi al activității precum şi al funcției sistemului nervos. Instrumentarul său constituie totalitatea fenomenelor şi proceselor, prin care se realizează formele cele mai complexe (psihice) de orientare şi reflectare şi care pot fi cognitive, afective şi voliționale.

Aceste fenomene, de natură ideală, subiectivă, diferențiate de fenomenele materiale, obiectuale, sunt denumite *fenomene psihice.*

2.3. Reflectarea psihică. Particularitățile reflectării psihice

Reflectarea este o categorie fundamentală a gnoseologiei, ce se referă la esența raportărilor dintre subiect şi obiect, dintre conştiință şi lumea externă, la faptul că procesele psihice ale omului, oglindesc, reproduc, într-o formă sau alta, realitatea obiectivă, ele fiind imagini sau idei despre această realitate.

Deşi reflectarea este o capacitate generală a ființelor vii (inclusiv a materiei anorganice), *reflectarea psihică* este cea mai înaltă formă, ce a apărut în urma unui proces îndelungat al evoluției, fiind însoțit de forme de organizare, de reacție ale organismului la mediu (iritabilitate, excitabilitate).

Reflectarea este caracteristică materiei în ansamblu. Interacțiunea oricăror corpuri materiale conduce la modificarea lor reciprocă. Acest fenomen se poate observa în domeniul mecanicii, în toate manifestările energiei electrice, în optică etc.

Faptul că psihicul este într-un anumit fel o reflectare accentuează încă o dată legătura lui indisolubilă şi unitatea cu materia.

Psihicul nu este altceva decât reflectarea de către creier a mediului înconjurător. De aceea psihicul posedă *conținut* propriu, deci ceea ce reflectă omul în mediul înconjurător.

Reflecatrea psihică se caracterizează printr-un şir de particularități:

1) ea oferă posibilitatea de a reflecta just (*adevărat)* lumea încojurătoare;

2) are loc în procesul activității reflexe a personalității *(reflectarea subiectivă a lumii obiective)*;

3) se aprofundează şi se dezvoltă;

4) trece prin individualitate;

5) are un caracter mijlocit de anticipare. Aceasta este rezultatul acumulării şi vizării experienței.

Reflectarea psihică este un proces activ, cu mai multe etape, care determină conştientizarea comportamentului şi a activității. Psihicul devine reglator al comportamentului, atât a omului, cât şi a animalelor.

Conținutul reflectării este obiectiv, în schimb forma sa este subiectivă.

Principalele funcții ale psihicului sunt :

- reflectarea;
- reglarea comportamentului şi activității.

Sistemul psihic uman este un sistem dinamic, hipercomplex, autoreglabil cu capacitate de autoorganizare, relativ stabil, evolutiv şi finalist.

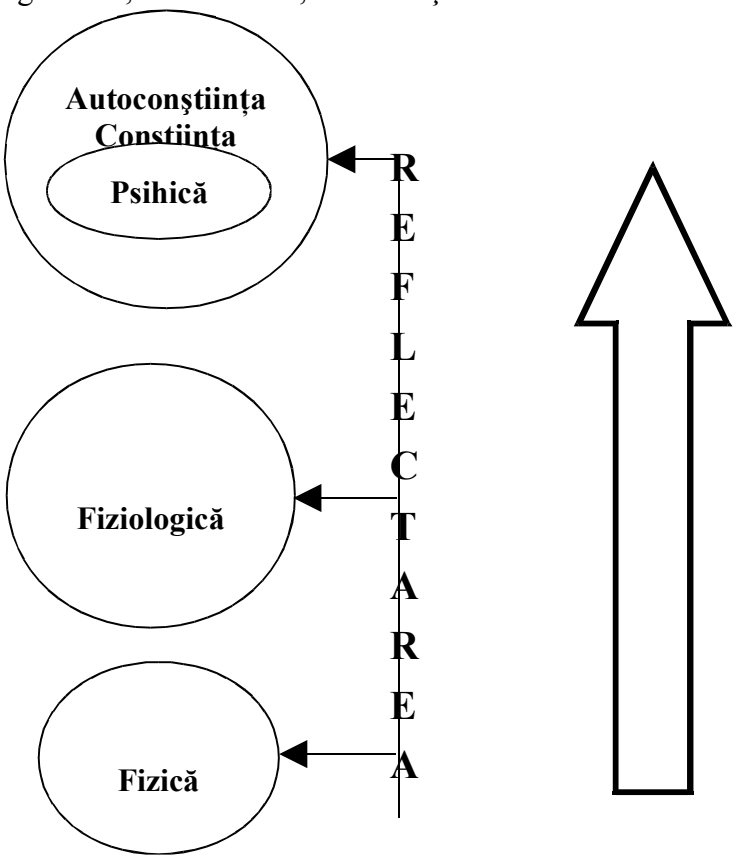


Fig. 7. **Sistemul şi nivelurile formelor fundamentale de reflectare.**

2.4. Evoluția psihicului

Este foarte greu să stabilim anumite etape în dezvoltarea filogenetică a psihicului, deşi este cunoscută evoluția speciilor. A.N. Leontiev a încercat să schițeze o schemă a formării psihicului, distingând 4 mari faze:

a) stadiul psihicului senzorial elementar;

b) stadiul psihicului perceptiv;

c) stadiul intelectual;

d) stadiul psihicului conştient.

Dezavantajul acestei clasificări este acela de a include în prima etapă imensa majoritate a speciilor, fiindcă stadiul perceptiv începe abia o dată cu păsările şi mamiferele. Sau între o albină şi o râmă diferența de comporament este foarte mare. Deocamdată, ne vom servi de punctul de vedere al lui Leontiev.

1. Stadiul psihicului senzorial

Stadiul psihicului senzorial elementar se caracterizează prin faptul că animalul reacţionează în raport cu o proprietate din mediul ambiant, însuşire caracteristică a unui obiect sau fenomen important pentru el. De pildă, păianjenul nu reacţionează în mod deosebit, dacă un obiect îi atinge plasa, dar dacă o atingem cu un diapazon, care vibrează, el se repede asupra lui căutând să-l înşface, ca şi cum ar fi o muscă. Deci vibraţia pânzei este semnalul declanşator al acţiunii.

A. În acest stadiu predomină reacţiile înnăscute, iar experienţa individuală joacă un rol mult mai mic decât la speciile mai evaluate. Acum predomină tropismele şi instinctele.

Tropismele au fost studiate mult de americanul J. Loeb. E vorba de mişcări simple ale plantelor şi ale unor animale inferioare, cărora Loeb le-a dat o explicaţie mecanicistă, considerându-le rezultatul unor fenomene pur fizico-chimice. La plante găsim *fototropism* (întoarcerea plantelor spre sursa de lumină solară) şi *geotropism* (creşterea rădăcinilor în jos). La animale sunt evidente geotropismele, în cazul unor omizi (care se deplasează totdeauna vertical pe pomi), şi fototropismele la fluturi, puternic atraşi de o lumină strălucitoare, noaptea. După Loeb dacă lumina este în stânga fluturelui, ea acţionează asupra retinei, care declanşează automat muşchii ce-l îndreaptă spre stânga, dacă a zburat prea mult spre stânga, lumina din partea dreaptă a retinei pune în mişcare muşchii din partea opusă etc. Acest mecanism nu explică însă o serie de fapte: fluturii nu se lipesc de felinar, ci se învârt în jurul lui, iar dacă se află în mijloc între două felinare nu zboară între ele, ci se orientează numai către unul.

Apoi experienţele făcute cu un mic animal de apă – Dafnia – sunt edificatoare. Introdus într-un acvariu şi într-un tub îndoit, Dafnia se orientează spre lumină, dar acolo, fiind astupat tubul, se întoarce, merge în sens invers luminii şi astfel poate scăpa. Acest mers este împotriva tropismului, ce se dovedeşte a nu fi un act mecanic.

Mai există şi acte de *memorie organică.* E vorba de anumite ritmuri vitale. În plajele, ce mărginesc oceanul găsim nişte viermi, care ies din nisip când se produce refluxul şi intră în nisip atunci când vine fluxul. Puşi într-un acvariu, ei continuă multă vreme mişcările lor periodice, deşi acum şi-au pierdut orice sens.

Apoi sunt *reflexele absolute,* legături constante între anumiţi stimuli şi anumite reacţii. Dar ceea ce caracterizează speciile mai evoluate sunt acte foarte complexe numite *instincte.* Ele sunt foarte bine dezvoltate la insecte, dar le întâlnim şi la vertebrate, după cum (într-o formă mai puţin conturată) ele sunt prezente şi în viaţa omului.

B. *Un instinct este un sistem de tendinţe şi acţiuni, identic la toţi indivizii dintr-o specie, care se manifestă în mod spontan şi într-un grad de perfecţiune destul de mare.*

Asupra acestui mod de reacţie, acţiunea mediului nu are decât o influenţă minimă, deoarece îşi are originea într-un mecanism gata elaborat, transmis prin ereditate. Prin tendinţă înţelegem o pornire, un început de mişcare (mişcarea poate să nu fie vizibilă, să fie doar schiţată printr-o creştere a tensiunii musculare).

Cele mai spectaculoase instincte le găsim la furnici şi albine. Dar ele apar cu claritate şi la păsări: clădirea cuibului, migraţia etc. La mamifere sunt foarte vizibile instinctele sexuale şi cele materne.

Un savant francez, J. Fabre (1823–1915), în lucrarea sa *Amintiri entomologice* şi-a exprimat admiraţia faţă de instincte, reliefând două aspecte:

a) *perfecţiunea* instinctului. De exemplu, viespea cu aripi galbene (numită sphex) caută un greier, îl răstoarnă pe spate şi îi aplică trei împunsături exact în ganglionii nervoşi, ce conduc picioarele, paralizându-l. Apoi îl trage de antene până în faţa „vizuinii" sale (o gaură în pământ), inspectează vizuina şi impinge apoi greierul în ea. Pe trupul greierului paralizat îşi depune ouăle. În acest fel larvele vor putea consuma o hrană vie, proaspătă. Fabre subliniază precizia tuturor actelor.

b) al doilea aspect îl constituie *finalitatea actelor.* Totul se subordonează perfect scopului. La viespe – asigurarea hranei corespunzătoare urmaşilor, la albine – păstrarea mierii pentru a avea hrană iarna etc.

Se explică avântul explicațiilor idealiste, în special cele deiste: înțelepciunea lui Dumnezeu, care prevede totul, care a asigurat o ordine prestabilă etc. H. Bergson vorbeşte despre instinct ca manifestare a „elanului vital", tendință de organizare a materiei.

Oamenii de ştiință însă au afirmat, în parte, constatările lui Fabre. Observându-se diferite situații, s-a constatat că uneori viespea nu are succes: greierul fuge şi scapă; alții observă cum viespea are ezitări, face tatonări şi înțeapă greierul în alte locuri, nu în ganglioni (ceea de n-are mare importanță, fiindcă veninul difuzează în corp şi tot apare paralizia); alteori greierul paralizează doar parțial sau, dimpotrivă, e omorât – dar larvele îl consumă şi aşa.

Mai mult, printre strămoşii acestei viespi se observă multe variații: unii depun ouăle pe prada vie, dar alții adună insecte moarte; în alte cazuri lovesc prada în tot felul şi o paralizează imperfect etc. Perfecțiunea instinctului şi invariabilitatea sa sunt relative. Astfel, păianjenii nu-şi construiesc pânza exact în acelaşi mod: unii fac o pânză verticală, alții orizontală, alții nu fac deloc pânză. Chiar aceeaşi varietate se comportă diferit, când se află în regiuni mult deosebite, ba chiar când se află în aceeaşi regiune. De altfel, totdeauna păiangenul îşi adaptează pânza specificului locului unde se află. Celulele stupului construit de albine se deosebesc mult, unele sunt foarte imperfecte. Nu sunt nici două furnicare construite exact la fel. În mod evident, *există o variabilitate* şi în actele instinctive.

Şi în ce priveşte *finalitatea* este posibilă o discuție. Desigur, comportamentul instinctiv e util individului şi speciei, altfel nu s-ar fi păstrat, indivizii dispărând. Cu toate acestea, se poate observa uneori o pervertire a instinctului, apariția unuia cu efecte negative. Sunt cazuri, printre insecte, când masculii îşi vânează şi consumă propria lor progenitură. Unele furnici îşi omoară regina şi hrănesc cu grijă o femelă străină sau un parazit, care le devorează larvele. În ambele cazuri, furnicarul este condamnat la dispariție.

Aşadar, acțiunea instinctelor nu e nici pe departe desăvârşită, ea fiind un rezultat al evoluției speciilor.

C. Ce sunt în esență insectele ? I.P. Pavlov nu făcea o diferență între reflexe şi instincte. Pare a fi doar o chestiune de complexitate. Ca şi reflexul, instinctul este declanşat de anumiți excitanți, externi sau interni. Este o *sensibilizare față de un stimul precis.* K. Lorenz a demonstrat că la unele animale, la păsări şi chiar la unele mamifere apare reacția de urmărire, de ataşament față de orice obiect mai mare, care se mişcă în preajma lor, în primele ore după ieşirea din ou (sau după naştere). Fenomenul numit *imprinting* (imprimare) a fost observat la puii de rață sau de găină, ce s-au ataşat de o cutie pusă în mişcare în apropierea lor (S.A. Barnett). La fel s-a putut observa cazul unui mânz, care nu putea fi despărțit de… un automobil. Iată exemple în care excitantul declanşator este simplu, nu e vorba de o formă anumită ori de o culoare specifică (cum este cazul în alte instincte). Însă un instinct presupune deseori o succesiune de acte foarte complexe. E cazul albinilor, care, potrivit cercetărilor lui K. Von Frisch, atunci când descoperă o zonă cu flori pline de nectar, se întorc la stup şi efectuează un dans al cărui viteză şi înclinație exprimă distanța şi direcția, unde se află plantele respective (M. Beniuc, 1970). În acest fel, lucrătoarele zboară în direcția indicată – ele „înțeleg" acest limbaj instinctiv. Nu e vorba de „raționament", ci de reacții reflexe la anumite caracteristici ale zborului unei lucrătoare.

Se poate afirma că instinctul constă într-o *succesiune de reflexe,* în care o acțiune pune animalul într-o situație, ce declanşează actul următor. În cazul viespii sphex, vederea greierului declanşează atacarea şi răsturnarea lui, agitația acestuia, răsturnat fiind, o stimulează la împungerea lui etc. Dacă modificăm o verigă, viespea devine dezorientată: când după răsturnarea greierului îi tăiem antenele, viespea nu ştie ce să facă şi-l abandonează (nu îl trage de un picior similar antenei).

De asemenea, o altă specie de viespe îşi clădeşte o celulă, în care depozitează nectar, iar când celula s-a completat, atunci o închide, acoperă intrarea. Dacă spargem celula în aşa fel încât nectarul se scurge uşor, insecta o va umple la nesfârşit, fără a sesiza neregula.

Această *fixitate* a instinctului îl face să fie deosebit de actele învățate, inteligente. Instinctul s-ar caracteriza ca un act înnăscut, predeterminat, mecanic, fix, rigid, pe când actele inteligente, dimpotrivă, ar fi dobândite în cursul existenței, plastice, adaptate condițiilor variabile ale

mediului. Această opoziție este valabilă numai în linii mari. Cum am observat şi mai sus, există o oarecare variabilitate şi în ce priveşte instinctul. Să citim alte câteva fapte. De pildă, viespea sphex, ajungând cu greierul paralizat în fața vizuinii, îl lasă la intrare, intră în adăpostul pregătit, iar după ce constată că totul este neschimbat, se întoarce şi introduce prada în înăuntru. Dacă, pe când ea se află în vizuină, noi târâm greierul mai departe, viespea îl caută, îl trage în fața adăpostului şi iar se duce să-şi facă inspecția; acest act mecanic se poate repeta şi de 40 de ori la rând. Pe de altă parte, în alte regiuni, au fost observate viespi sphex, care, după 3–4 repetări mecanice ale inspecției, renunță la ea şi introduc imediat greierul în locul de mult pregătit.

Există *o adaptare a instinctului în funcție de condițiile de mediu*. Un stup de albine de la ecuator, unde nu este iarnă, încetează după câteva generații să mai adune miere. O pasăre captivă, chiar dacă are la îndemână tot ce-i trebuie pentru a-şi clădi un cuib, totuşi nu construieşte nimic. Un pui de câine crescut de la naştere pe o podea de ciment, după ce face mereu încercări de a scurma (pentru a-şi ascunde surplusul de hrană), de la o vreme renunță şi instinctul acesta nu mai apare, chiar dacă este eliberat într-o cutie cu pământ moale.

De asemenea, cântecul păsărilor nu e decât parțial înnăscut: lungimea cântecului, numărul de note este acelaşi cu cel al cântecului părinților, dar melodia este în funcție de un model, care poate fi cu totul altul când pasărea a crescut printre alte specii.

De altfel, la speciile superioare, instinctul se perfecționează prin exercițiu: e vorba de „jocul" puilor de pisică ori de câine, prin care indivizii îşi exersează repezeala, agerimea.

Aşadar, nu se poate face o opoziție prea netă între comportamentul instinctiv şi cel învățat, mai ales în cazul speciilor evoluate. La acestea, învățarea ocupă un loc din ce în ce mai important şi de aceea copilăria e din ce în ce mai lungă (cea mai lungă e la cimpanzeu şi, desigur, la om). De altfel, omul are puține instincte şi apar doar sub forma unor tendințe: tendințe de apărare (fugă la un zgomot puternic, la un cutremur), tendințe sexuale (care se mărginesc la actul în sine şi nu determină nici măcar natura partenerului), iar tendințele materne (foarte puternice la animale) pot lipsi. Oricum, o cercetătoare (Margaret Mead), vizitând o insulă din Polinezia, a întâlnit o populație primitivă, unde relațiile sociale erau diferite de cele europene: femeile mergeau la vânătoare, la pescuit, iar bărbații se ocupau de gospodărie şi de copii. Dându-le copiilor de ocolo diferite jucării, s-a observat că băieții au manifestat interes față de păpuşi, pe când fetele au preferat armele sau uneltele în miniatură. Deci nici preferința pentru păpuşi nu este legată de instinct, ci este efectul modelului social.

2. Stadiul psihicului perceptiv

După A.N. Leontiev se află în acest stadiu speciile, care sesizează caracteristicile obiectelor în integritatea lor şi nu doar aspecte senzorial izolate. Aceasta se traduce în posibilitatea de a distinge un obiect vizat de condițiile, în care se poate ajunge la el. Este o discriminare între obiect şi condițiile ambiante. De exemplu, dacă într-un acvariu punem între peşte şi hrană un paravan de sticlă, acesta poate învăța să-l ocolească. Dacă după aceea scoatem paravanul, peştele nu observă schimbarea şi continuă să efectueze un drum ocolit. Un mamifer, pus într-o situație similară, sesizează deosebirea şi recurge la calea directă către aliment.

A doua caracteristică o constituie predominarea actelor învățate la aceste specii, instinctele având un rol mai puțin important. De aceea, activitatea lor e mult mai plastică, mai adaptată, ținând cont de condițiile, situațiile concrete, în care ea se desfăşoară.

3. Stadiul intelectual

Stadiul intelectual, al gândirii senzorio-motorii, îl găsim numai la maimuțele antropoide. El se caracterizează prin puținătatea încercărilor de a rezolva o problemă şi apariția soluției dintr-o dată, pe neaşteptate. Faptul a fost evidențiat prin experimentele cu cimpanzei, realizate de W. Kohler. Într-unul din ele, maimuței i se oferă o banană, dar în afara cuştii şi la o distanță la care ea nu poate ajunge. În cuşcă se află însă şi un băț. Cimpanzeul nu face multe încercări, renunță, se învârte prin cuşcă; deodată observă bățul, îl înşfacă, trage banana către el şi o consumă.

Se observă şi un al doilea aspect: caracterul bifazic al acţiunii. Maimuţa apucă un băţ sau îşi clădeşte un postament din lăzi (într-o altă experienţă în care banana se află pe tavan) şi abia în al doilea moment îşi poate însuşi fructul. De asemenea, odată folosind o astfel de „unealtă" improvizată, animalul reţine procedeul şi-l foloseşte imediat în situaţii asemănătoare.

4. Stadiul psihicului conştient

Stadiul psihicului conştient este ultima treaptă a evoluţiei, specifică omului. În legătură cu deosebirile dintre om şi animal există controverse. Unii, printre care şi H. Pieron, susţin că diferenţele sunt de ordin pur cantitativ. Alţii, printre care A.N. Leontiev, subliniază existenţa şi a unora calitative.

După H. Pieron, cea mai categorică deosebire este cea referitoare la volumul creierului, existând destule asemănări. În ce priveşte senzaţiile, animalele sunt chiar superioare omului. Vulturul, de pildă, are o acuitate vizuală mai bună. Memorie găsim şi la furnică: aşezăm o tufă în drumul furnicilor ieşind din furnicar şi o lăsăm câtva timp. Când o înlăturăm, observăm că furnicile întorcându-se la furnicar sunt dezorientate, când ajung în locul unde fusese tufa peste care trebuiau să treacă.

Cât priveşte cimpanzeul, el recunoaşte omul, care l-a îngrijit (şi după doi ani). Expresiile emoţionale ale omului le găsim şi la cimpanzeu. Am putea vorbi de sentimente estetice şi la unele păsări: ele îşi împodobesc cuibul nunţial cu frunze şi flori. Tot aşa afecţiunea şi fidelitatea extremă a unor câini faţă de stăpânul lor e privită ca un sentiment religios în germene.

Ierarhia socială se observă la cimpanzei. Şeful merge înainte şi este respectat, având prioritate în multe situaţii. Limbajul este prezentat sub forma ţipetelor. La cimpanzei sunt manifestate şi unele gesturi semnificative. Dar am amintit de existenţa unui limbaj (sub forma dansului) la albine.

În fine, observăm şi animale folosind unelte: elefantul smulge frunze mari, cu care se apără de muşte. Cimpanzeii aruncă cu pietre şi îşi confecţionează din fibrele frunzelor tije cu care scot termitele din cotloanele marilor lor construcţii.

Ajunşi la acest aspect, trebuie totuşi să subliniem deosebiri esenţiale. Omul modifică mult obiectele din natură pentru a-şi confecţiona o unealtă şi mai ales *o păstrează*, ceea ce nu se întâmplă la nici un animal. Totodată, modul de confecţionare şi de utilizare a uneltei capătă consacrare socială, fiind *transmis de la o generaţie la alta.* În felul acesta s-a asigurat progresul uriaş al umanităţii, întrucât o nouă generaţie nu este nevoită să inoveze totul de la început, ea profită de experienţa înaintaşilor.

O altă deosebire netă este utilizarea limbajului independent de context, aspect inexistent în expresiile animale.

Un specific aparte îl constituie apariţia gândirii abstracte, datorită căreia pregătirea unei acţiuni poate avea loc în gând, în afara situaţiei prezentate, uneori cu ani înaintea desfăşurării acţiunii.

În fine, activitatea omului e subordonată relaţiilor sociale. În timpul vânătorii hăitaşii gonesc animalele în direcţia unde aşteaptă cei cu arme. Acţiunea lor ar fi absurdă, dacă n-ar exista convenţia cu ceilalţi participanţi la vânătoare.

Dintre toate aceste caracteristici specifice, două par să fie cele mai importante; *construirea,* inclusiv *păstrarea uneltelor* şi *apariţia gândirii abstracte,* a conştiinţei reflexive. Ele au făcut posibile dominarea şi transformarea profundă a mediului.

Tema 3. FORMELE VIEŢII PSIHICE: CONŞTIINŢA, SUBCONŞTIENTUL ŞI INCONŞTIENTUL

Psihicul nu este omogen, uniform, nediferenţiat, linear, dimpotrivă, el există şi se manifestă în variate forme. Uneori este mai clar, mai lucid, alteori mai tulbure, mai obscur; în anumite situaţii ne dăm seama de noi înşine, de trăirile noastre, în altele nu.

Diverse acţiuni sau gânduri, care ne-au captat cândva atenţia şi efortul încep, o dată cu trecerea timpului, să se realizeze aproape de la sine, fără a mai fi necesară concentrarea asupra lor. Sunt şi cazuri când „ceva" din interiorul nostru, pe care nici măcar nu-l bănuiam, iese la suprafaţă, ne acaparează şi ne chinuie existenţa.

Cu alte cuvinte, psihicul cunoaşte o mare diferenţiere şi neuniformitate existenţială şi funcţională. Există următoarele *forme ale vieţii psihice* (numite şi ipostaze ale psihicului): ***conştiinţa, subconştientul şi inconştientul.***

3.1. Conştiinţa

Conştiinţa este una dintre cele mai importante niveluri de organizare a vieţii psihice (nivelul superior de dezvoltare al psihicului). Deci conştiinţa este structura psihică de suport a vieţii interioare şi constituie nucleul vieţii psihice.

Conştiinţa poate fi definită ca fiind *totul* (psihologia fără inconştient) sau *nimic* (psihologia fără conştiinţă).

Dintr-un termen esenţial la debutul psihologiei ştiinţifice, conştiinţa s-a transformat într-un termen ignorat timp de mai bine de 70 de ani. „Conştiinţa a fost eliminată din psihologia ştiinţifică şi a revenit în prim-plan numai în ultimii ani, după şapte decenii de exil" (Baars, 1998).

Este meritul lui Piaget (1974) de a-i fi redat statutul ştiinţific de prim rang. Astăzi termenul de „conştiinţă" şi problematica fascinantă a conştiinţei fac obiectul predilect al „ştiinţelor spiritului", al psihologiei cognitive şi al neuroştiinţelor.

Autori precum D.C. Dennet (1991), D. Edelman (1992), O. Flanagan (1992), N. Humphrey (1992), R. Searle (1992), J. Paillard (1994), D. Pinkas (1995), B.J. Baards (1998) etc. au publicat articole şi monografii de specialitate dedicate problematicii conştiinţei, cu mare audienţă nu numai în lumea specialiştilor, ci şi în cea a publicului larg. Aşadar, conştiinţa îşi reia statutul central şi fundamental în gândirea şi cercetarea psihologică.

Dificultatea definirii conştiinţei provine din faptul că ea este pură subiectivitate, din faptul că se manifestă în experienţele personale, nefiind, de regulă, accesibilă altuia. Conştiinţa este „locul senzaţiilor şi al percepţiilor noastre, realitatea subiectivă a acestora, materia primă a vieţii noastre psihice: ea organizează datele simţurilor, ne situează în timp şi spaţiu, este cunoaşterea a ceea ce însoţeşte activitatea spiritului" (Sillamy, 1980, vol. I, p.264). Definiţia lui Sillamy, deşi reuşeşte să surprindă unele elemente esenţiale ale naturii şi funcţiilor conştiinţei, sugerează cu mai mare acuitate întrebarea „Ce înseamnă a fi conştient?". În vederea clasificării ei argumentate, o scurtă incursiune în istoria psihologiei poate fi instructivă. După opinia psihologilor români, în definirea conştiinţei au fost parcurse trei mari etape: prima se înscrie în intervalul de la începuturile psihologiei ştiinţifice şi până prin anii '30; a doua cuprinde perioada anilor '40–'60; a treia începe cu anii '70 şi continuă până în zilele noastre.

Etimologia cuvântului *(con-scientia: con-science; so-znanie*) demonstrează că organizarea conştientă este o *reproducere cu ştiinţă*, în care individul dispune de o serie de informaţii, ce pot fi utilizate în vederea descifrării, înţelegerii şi interpretării unui nou obiect, fenomen, eveniment. Sub raport psihologic, omul îşi *dă seama de* „ceva" anume şi îl *reproduce* în subiectivitatea sa sub formă de imagini, noţiuni, impresii. În virtutea experienţei anterioare obiectul are un ecou informaţional în subiect, în sensul că este conştientizat aproape imediat. Conştiinţa presupune includerea particularului în general şi identificarea generalului în particular.

Conştiinţa este nivelul psihic superior de reflectare a realităţii caracteristic doar omului şi nu în toate cazurile.

Conştiinţa este forma cea mai superioară de reflectare psihologică, este rezultatul condiţiilor social-istorice de formare a omului în cadrul activităţii de muncă, care se află permanent în comunicare (cu ajutorul limbajului) cu alţi oameni.

În acest sens conştiinţa este „un produs social". Omul este unicul dintre fiinţe, care este capabil de autoanaliză, autocontrol şi autoapreciere.

Aptitudinea de a se reflecta pe sine însăşi în complexul activităţii vitale este *aptitudinea de a fi conştient de sine.*

Reflectarea relaţiilor sociale de către om se numeşte *conştiinţă socială*. Conştiinţa socială se prezintă sub două forme fundamentale:

- ideologică;
- psihologică.

Frecvent se spune că specificul psihicului uman este apariţia conştiinţei. Dar există două feluri de conştiinţă:

- *conştiinţa implicită* – primitivă, nediferenţiată, care există şi la animalele superioare;
- *conştiinţa reflexivă* – conştiinţa de sine, de „eu", într-adevăr specific umană.

Conştiinţa de sine (explicită) e precedată de „sentimentul de sine", stare confuză, dinaintea momentului, când persoana va judeca, va aprecia modul său de existenţă. La baza evoluţiei conştiinţei stă formarea treptată a unei scheme corporale şi a unei imagini a propriului corp.

Prin sistematizarea reflecţiilor asupra fenomenului de conştiinţă şi a definiţiilor diverse date acestuia se pun în evidenţă, implicit sau explicit, şi *funcţiile conştiinţei:*

- funcţia de semnificare sau de cunoaştere;
- funcţia de relaţie;
- funcţia de sinteză;
- funcţia de autosupraveghere;
- funcţia de adaptare;
- funcţia reglatorie (de autoreglaj voluntar);
- funcţia informaţional-cognitivă;
- funcţia de orientare spre scop;
- funcţia anticipativ-predictivă;
- funcţia creativ-proiectivă;
- funcţia finalistă.

Henri Ey (1900–1977) savant francez, teoretician al conştiinţei, oferă în două dintre lucrările sale (Conştiinţa, 1963; Manual de psihiatrie, 1967, împreună cu Bernard şi Brisset) o concepţie profundă referiotare la conştiinţă.

A fi conştient ar fi un atribut distribuit tuturor aspectelor vieţii psihice sau doar unora dintre acestea.

Savantul francez propune o definire complexă a conştiinţei, asigurând astfel unitatea şi totodată eterogenitatea fenomenelor de conştiinţă. „A fi conştient înseamnă a trăi particularitatea experienţei proprii, transformând-o în universalitatea ştiinţei ei. Cu alte cuvinte, conştiinţa trebuie descrisă ca o structură complexă, ca organizare a vieţii de relaţie a subiectului cu alţii şi cu lumea."

Ey demonstrează că „a fi conştient înseamnă a dispune de un model personal al lumii". Aşadar, individul îşi încorporează un model al lumii în care sunt incluse propriile sale experienţe şi de care el dispune, în mod liber, ca persoană.

În sfârşit, fiind consecvenţi ai unui punct de vedere mai vechi exprimat într-un manual de psihologie (1976), este preferabil să definim conştiinţa ca „o formă supremă de organizare psihică, prin care se realizează integrarea activ-subiectivă a tuturor fenomenelor vieţii psihice şi care facilitează raportarea / adaptarea continuă a individului la mediul natural şi social".

Prin această definiţie cercetătorii au dorit să specifice că sfera conştiinţei nu se suprapune peste sfera psihicului; conştiinţa este doar „o parte" a psihicului, desigur, cea mai importantă.

În al doilea rând, a fost subliniată *funcţia generală a conştiinţei* (integrarea activ-subiectivă), în fine, precizăm finalitatea conştiinţei (adaptarea la mediu). Printr-o asemenea formulare s-a realizat un acord cu unele puncte de vedere foarte recente.

3.2. Subconştientul

Poziţia subconştientului în psihologie este destul de imprecisă. Termenul a apărut la sfârşitul secolului al XIX-lea – începutul secolului XX, căpătând diferite denumiri. Astfel, el a fost considerat când o *postconştiinţă,* când o *preconştiinţă*. Unii autori l-au denumit chiar „*inconştient normal*". În prezent, există tendinţa de a-l defini prin opoziţie cu conştiinţa, spunându-ni-se mai degrabă ce nu este decât ce este. *Grand dictionnaire da le psychologie* (1994, p.760) defineşte subconştientul ca fiind „*ansamblul stărilor psihice, de care subiectul nu este conştient, dar care influenţează comportamentul său*."

Tot de acolo aflăm că conştientul reprezintă un conţinut de gândire „mai puţin conştient," aflat la limita accesibilităţii în spirit, la limita stabilităţii în conştiinţă. Termenul, în opinia autorului citat, este în momentul de faţă abandonat. Reber, în schimb, apropie subconştientul de inconştient. El afirmă că în anumite circumstanţe termenul de subconşteint este sinonim cu cel de inconştient.

În aceste condiţii, o serie de clarificări sunt absolut necesare. Noţiunea de subconştient, sub o formă sau alta, cu o denumire sau alta, se păstrează şi este utilizată în psihologie. Unii autori o includ chiar în titlurile cărţilor lor. De exemplu, Ion Biberi a publicat în a. 1938 o lucrare intitulată *Funcţiile creatoare ale subconştientului*, iar în a. 1970 – o alta, cu titlul *Visul şi structurile subconştientului.*

Conservarea noţiunii de subconştient în psihologie este firească, deoarece subconştientul reprezintă una dintre ipostazele importante ale psihicului, care nu poate fi nici ignorată, nici redusă sau identificată cu alte ipostaze ale acestuia. Subconştientul dispune nu numai de conţinuturi specifice, ci şi de mecanisme şi finalităţi proprii.

Subconştientul se referă la structurile abisale ale personalităţii („psihologia adâncimilor"). Pentru psihanalişti, subconştientul este parte a psihicului, care tinde să revină în conştiinţă şi presează în mod continuu asupra conştiinţei omului. Este o zonă abisală (profundă) limitată, în care nu se posedă o conştiinţă clară.

Sigmund Freud şi neofreudiştii consideră subconştientul ca fiind:

1) deschis şi orientat spre conştiinţă;
2) presupune o oarecare transparenţă, putând fi considerat o conştiinţă latentă;
3) este un ansamblu de servo-mecanisme şi implicaţii nemijlocite ale conştientului, rezervă de informaţii şi operaţii din care se constituie faptele de conştiinţă.

Trăsăturile definitorii sunt: proximitatea faţă de conştiinţă şi compatibilizarea cu aceasta.

Înţelegerea conţinutului specific, mecanismelor şi finalităţilor proprii subconştientului nu au fost realizate dintr-o dată, ci a parcurs o serie de etape. Într-o *primă etapă*, cei mai mulţi autori concep subconştientul ca pe o formaţiune sau un nivel psihic, ce cuprinde actele foste cândva conştiente, dar care în prezent se desfăşoară în afara controlului conştient.

El este rezervorul unde se conservă amintirile, automatismele, deprinderile, ticurile, montajele intelectuale sau perceptive stereotipizate, deci toate actele, ce au trecut cândva prin filtrul conştiinţei, s-au realizat cu efort, dar care se află într-o stare latentă, de virtualitate psihică, putând însă să redevină oricând active, să păşească pragul conştiinţei.

Această accepţie transpare din cele mai multe definiţii care i s-au dat. Astfel, Th. Ribot a definit *subconştientul* drept o „conştiinţă stinsă". Lăsând la o parte faptul că o conştiinţă stinsă n-ar avea nici un fel de rol în viaţa psihică a individului (poate mai degrabă ar fi trebuit să fie considerat o „conştiinţă adormită", capabilă oricând, în funcţie de împrejurări şi de solicitări, să se trezească), se remarcă definirea subconştientului pornind de la conştiinţă.

Şi în viziunea altor autori, cum ar fi de pildă Janet şi Pierce, subconştientul apare ca un fel de conştiinţă inferioară, ce coexistă cu cea centrală.

„O parte mai mult sau mai puțin considerabilă a acestor reacții continuă să rămână închisă în forma inferioară. Acestea sunt actele subconştiente.

S-a acreditat şi ideea că, deşi *amplasat între conştient şi inconştient*, subconştientul este orientat mai mult spre conştiință. El nu este total obscur, ci presupune un anumit grad de transparență, putând fi considerat, de aceea, o „conştiință implicită".

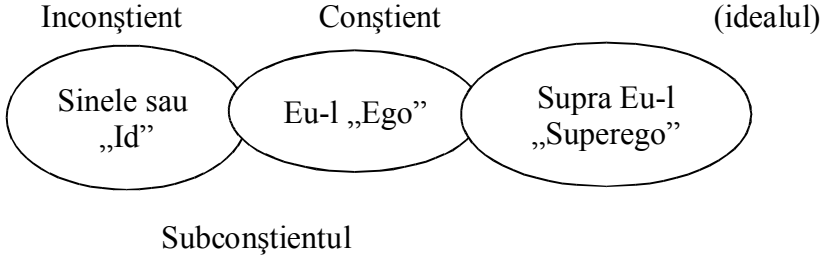


Fig. 8. **Reprezentarea schematică a psihicului uman (după Henri Ey).**

În a doua etapă a fost conştientizat nu numai caracterul limitat al definirii subconştientului, ci s-a trecut la elaborarea unei noi concepții.

Meritul cel mai mare îi revine lui Henri Wallon, care a formulat încă din a. 1924 o serie de idei extrem de iteresante cu privire la subconştient. Subconştientul este definit de Henri Wallon (1924) ca o „cerebrație latentă", ce are loc „sub simplicitatea aparentă a percepțiilor".

În afară de surprinderea şi sublinierea caracterului dinamic al subconştientului, se conturează mai pregnant ideea existenței lui ca nivel de sine stătător, dinstict atât de conştient, cât şi de inconştient.

Acest punct de vedere, o dată câştigat, permitea concentrarea asupra caracteristicilor subconştientului, pe funcțiile lui specifice, care să-l diferențieze şi să-l individualizeze în raport cu celelalte două ipostaze ale psihicului.

Principalele trăsături ale subconştientului apar din amplasarea lui topografică între conştient şi inconştient. Acestea sunt:

- *latența şi potențialitatea* (conținuturile subconştientului se mențin într-o stare latentă până când vor fi reactivate şi disponibilizate de către conştiință);
- *coexistența cu conştiința* (de obicei, conținuturile subconştientului sunt o altă expresie a conținuturilor conştiinței, poate mai concentrată, mai condensată, ele neintrând în conflict cu conținuturile conştiinței, ci coexistând cu acestea);
- *facilitatea, servirea conştiinței* (subconştientul se pune în slujba conştiinței, devine un fel de „servitor" al ei);
- *filtrarea şi medierea* conținuturilor, care trec dintr-un nivel în altul (conținuturile conştiinței nu trec direct în inconştient, ci „se opresc" pentru perioade de timp mai scurte sau mai lungi în subconştient, la fel petrecându-se lucrurile şi cu conținuturile inconştientului, care mai întâi tranzitează subconştientul şi abia apoi pătrund în conştiință).

Toate aceste particularități ale subconştientului au fost bine sintetizate de Paul Popescu-Neveanu, care vorbea de *proximitatea subconştientului față de conştiință* şi de compatibilitatea cu ea. Aceasta demonstrează că, deşi se amplasează între conştient şi inconştient, subconştientul este mai *aproape* de conştient, iar conținuturile lui sunt mai *asemănătoare* cu cele ale conştientului decât cu cele ale inconştientului.

Subconştientul este considerat din această perspectivă un *servo-mecanism al conştiinței,* o ipostază a psihicului aflată în slujba conştiinței, o rezervă de informații şi operații din care se constituie, uneori, faptele de conştiință, aceasta din urmă avându-şi totuşi izvorul în afara ei, în realitatea materială şi socială înconjurătoare. Această idee apare şi la alți autori. „Subconştientul conține ceea ce nu se află în centrul atenției, dar care poate avea efecte asupra conştienței" (Atkinson et al., 1993).

În fine, subconştientul nu este un simplu dublet al conştientului, ci dispune de o fizionomie proprie, de conținuturi şi legități de funcționare bine individualizate.

3.3. Inconştientul

Inconştientul constituie cel mai controversat nivel de organizare a vieții psihice, în legătură cu care pozițiile de negare sunt de afirmare abundă în literatura de specialitate. Discuțiile cu privire la accepțiile noțiunii, la natura psihică a inconştientului, la rolul lui în existența umană sunt atât de numeroase, prolixe şi contradictorii, încât creează un tablou deconcertant referitor la inconştient.

Se afirmă chiar că psihologia a renunțat să mai plaseze în centrul preocupărilor sale teoretice şi practice noțiunea de conştiință, în favoarea celei de inconştient. Chiar dacă inconştientul a captat în ultima vreme într-o mai mare măsură atenția psihologilor, nu se poate susține fără a greşi că ei au încetat să se mai preocupe de studiul conştiinței. Vom încerca să analizăm câteva dintre problemele mai importante ale inconştientului ca ipostază a psihicului.

Există un număr destul de mare de fenomene şi reacții psihice, care intervin în activitatea noastră, fără a ne da seama de prezența lor. Ansamblul lor, ca şi al posibilităților de acțiune existente, neactualizate îl denumim, în mod obişnuit, *inconştient*.

Astăzi includem în inconştient mai întâi tot bagajul de cunoştințe, imagini, idei achiziționate şi care nu ne sunt utile în prezent. Ele rămân într-o stare de *latență*; unele vor fi actualizate frecvent, altele poate niciodată. Apoi găsim toată rezerva de acte automate, priceperi şi deprinderi, care nu sunt necesare pentru moment (ştiu să dansez, dar nu e cazul etc.). Ele intervin când o cere situația prezentă.

Tot inconştiente sunt unele percepții *obscure* (sub pragul, la care devin conştiente), dar influențând comportamentul (mulți excitanți condiționați pot rămâne în afara conştinței).

În fine, afectivitatea este în mare măsură inconştientă: scopuri, dorințe, sentimente, care n-au legătură cu momentul prezent.

În ce priveşte sentimentele, chiar când sunt actualizate, când intervin în conduită, ele nu sunt conştiente în întregimea lor (îmi dau seama că țin la tatăl meu, dar nu ştiu ce sacrificii aş fi în stare să fac pentru a-l şti mulțumit.)

Psihologul japonez Tanenari Chiba (1884–1972) susținea că funcțiile conştiente şi inconştiente ale vieții psihice nu diferă fundamental, ele fiind guvernate de legi, ce dispun de aceeaşi natură.

Conştiința şi inconştientul au aceeaşi orientare şi conținuturi de aceeaşi natură. Identificarea celor două niveluri de organizare a vieții psihice echivalează practic cu negarea specificului ambelor.

Aceste obstacole epistemologice au frânat constituirea şi evoluția concepțiilor asupra inconştientului.

Afirmarea inconştientului se sprijină, în principal, pe concepția lui Sigmund Freud, medic-psihiatru vienez (părintele psihanalizei), care, deşi nu a introdus noțiunea respectivă în psihologie, a elaborat o concepție structurată cu privire la conținutul şi rolul inconştientului în viața psihică a individului, furnizând chiar şi o metodă de sondare şi asanare a lui.

Teoria inconştientului a fost multă vreme dominată de concepția lui S. Freud, acesta are meritul incontestabil de a fi subliniat rolul important al inconştientului, dar a ajuns la mari exagerări şi unilateralitate.

În ultima sa teorie asupra structurii psihicului, el a descris trei instanțe.

1. Sinele („id”) – care ar fi principalul sediu al inconştientului, imaginat ca un rezervor unde „clocotesc” dorințele noastre, instinctele. Freud a caracterizat două instincte esențiale:

– *instinctul vieții* – tendința spre plăcere („Libido”), pe care mereu a identificat-o cu tendințele sexuale;

– *instinctul morții* – („Thanatos”), tendința spre distrugere.

Ambele instincte încearcă mereu să treacă la acţiune, dar sunt ţinute în frâu de a doua instanţă;

2. Supraeul „superego" – acesta este alcătuit din normele, imperativele morale, din idealul eului. El se formează datorită intervenţiei părinţilor, care înfrânează tendinţele copiilor neconforme cu moralitatea;

3. Eul („ego") – principalul sediu al conştiinţei. El ţine cont de dorinţele prezente în „sine", de interdicţiile supraeului, căutând un compromis între ele, în funcţie de realitate. Acest *compromis* obligă eul să alungă în inconştient (sinele) toate tendinţele, aspiraţiile, care nu se pot realiza (fenomen numit de Freud „ *refulare*").

Concepţia lui Freud are o bază reală: există mereu conflicte între dorinţele noastre şi obligaţiile morale *Eul*, în funcţie de conştiinţa morală şi de realitate, caută mereu o soluţie optimă. Dar Freud susţine o supremaţie a sinelui, a forţelor inconştiente.

Investigaţiile şi cercetările directe asupra inconştientului au fost precedate de „lansarea" filosofică a noţiunii respective de către marii metafizicieni germani din epoca postkantiană (Schelling, Hegel, Schopenhauer). „Filosofia inconştientului" (mai cunoscută este cea a lui Hartman) a creat o ambianţă favorabilă recunoaşterii inconştientului. De asemenea, cercetările experimentale efectuate după a. 1880 de şcoala de la Salpetriere (Charcot) sau de cea de la Nancy (Bernheim) au constituit solul fertil în care şi-a înfipt rădăcinile, mai târziu, psihanaliza centrată pe „psihologia profunzimilor" şi pe găsirea unui conţinut specific noţiunii de inconştient.

Din „ filosofia inconştientului" două idei prezintă interes: una dintre ele consideră că prin natura sa inconştientul este iraţional, cealaltă vede în inconştient o adevărată forţă, ce guvernează întreaga viaţă a individului. Prima idee se conturează cel mai bine în opera lui Arthur Schopenhauer (1788–1860), în lucrarea *Lumea ca voinţă şi reprezentare* (1819). Pentru filosoful german voinţa reprezintă o forţă iraţională şi activă, omul însuşi fiind o voinţă fără conştiinţă. Intelectul uman se află în serviciul voinţei. „Voinţa este profesorul, iar intelectul servitorul" (după Schopenhauer).

Acest mod de a concepe inconştientul va contamina multe concepţii psihologice elaborate ulterior. Cea de-a doua idee va avea însă o mai mare răspândire. Carl-Gustav Carus (*Vorlesungen über Psychologie*, 1831) consideră că „viaţa psihică conştientă îşi are cheia în regiunea inconştientului". Pentru E. von Hartman (1842–1906) (Philosophie de l'*Inconştient*, a. 1869), atât viaţa organică, cât şi cea spirituală (psihică) sunt dominate de inconştient. În opinia lui Hartman, inconştientul este prezent în percepţii, în formularea conceptelor, în raţionamente; el guvernează sentimentele; în el îşi au sursa descoperirile geniale. Mulţi alţi filosofi au avut contribuţii remarcabile la fundamentarea filosofică a inconştientului. Kant folosea expresia „reprezentări întunecate" pentru a desemna inconştientul. Fichte vorbea despre „intuirea fără conştiinţă a lucrurilor", Schelling despre „inconştientul etern" ca temei absolut al conştiinţei, Nietzsche, în prelungirea moraliştilor francezi, despre „impurităţile spiritului". Informaţiile pertinente cu privire la fundamentarea filosofică a inconştientului găsim într-o lucrare semnată de V.D. Zamfirescu (1998).

Primele rezultate ale cercetărilor medicale făcute în cea de-a doua jumătate a secolului al XIX-lea asupra isteriei, hipnotismului, somnambulismului şi disocierii personalităţii au conturat mult mai mai bine premisele unei psihologii a inconştientului. Binet şi Janet, elevii lui Charcot, psihiatrul american Morton Prince (1854–1929), care a studiat la Nancy, vedeau în inconştient reversul conştiinţei, incapabilă de a sintetiza ansamblul vieţii psihice, unele fenomene scăpându-i de sub focarul analizei. Inconştientul apărea în viziunea acestor autori mai degrabă ca o slăbiciune a Eului şi a conştiinţei, ca o deficienţă psihologică, în sfârşit, ca un automatism psihic. Oricum, rolul inconştientului nu mai putea fi negat, din moment ce începuseră a se aduce probe experimentale sau cvasiexperimentale în sprijinul existenţei lui.

Freud va fi însă cel, care va da o definire şi o fundamentare ştiinţifică inconştientului. Inspirat şi influenţat de ideile filosofilor, psihologilor şi psihopatologilor dinaintea lui, Freud a propus o asemenea concepţie despre inconştient.

Fără a intra în amănunte, considerăm că principalele merite ale lui Freud în investigarea inconştientului sunt: descoperirea unui *inconştient dinamic, conflictual şi tensional,* corelativ procesului refulării; trecerea de la interpretarea inconştientului ca *substantiv,* ce desemnează faptele mintale refulate la interpretarea lui ca *adjectiv*, ca o calitate psihică, ceea ce înseamnă că proprietatea, „calitatea" de a fi inconştiente o au nu numai amintirile, ci şi mecanismele de refulare sau ceea ce porneşte de la Supraeu; multiplicarea zonelor, ce se sustrag conştiinţei, considerarea inconştientului ca fiind profund, abisal, şi nu doar un simplu „automatism psihic", cum apărea el la Janet.

În jurul concepţiei lui Freud asupra inconştientului s-a păstrat multă vreme o tăcere aproape jenantă. Austriecii Bleuler (1857–1939) şi Jung (asistentul său), ungurul Sandor Ferenczi (1873–1933), englezul Alfred Ernest Jones (1879–1958) încep să utilizeze metodele lui Freud. În a. 1910 a luat fiinţă Asociaţia Psihanalitică Internaţională, al cărei preşedinte a fost ales Jung, asociaţie, care va reuni primii freudieni (Alfred Adler, Otto Rank, Theodor Reik etc.). Totodată, încep să se contureze şi primele disidenţe, ceea ce face ca cercetările asupra inconştientului să intre într-o nouă etapă, pe care am putea-o denumi postfreudiană. Pentru Adler, psihismul inconştient este determinat de voinţa de putere şi de sentimentul de inferioritate, acestea fiind mecanismele compensatoare fie ale unor deficienţe fizice, fie ale inferiorităţii reale sau presupuse ale Eului.

Omul dispune de o tendinţă importantă de superioritate, astfel încât dezvoltarea lui psihică se datorează luptei, ce are loc la nivel inconştient între o tendinţă negativă (sentimentul de inferioritate) şi o tendinţă pozitivă (sentimentul de superioritate), aceasta din urmă fiind orientată spre compensare. În concepţia lui Adler, compensarea joacă acelaşi rol, pe care îl avea refularea la Freud, numai că Adler cade în aceeaşi greşeală săvârşită şi de Freud: *absolutizarea acestui mecanism*.

Mulţi alţi autori (Melanie Klein, Anna Freud, Daniel Zagache, Jacques Lacan etc.) au adus contribuţii importante la teoria inconştientului, făcând din psihanaliză, aşa cum se exprima un exeget francez, un umanism, punând bazele unei morale şi unui comportament nou.

Françoise Dolto, fondatoarea psihanalizei copilului în Franţa, propune o tratare a inconştientului dintr-o perspectivă foarte extinsă (*Inconscient et destins, 1988).*

Mai recent, în Franţa a început să prindă contur *o psihologie socială clinică* de inspiraţie psihanalitică.

Două dintre lucrările unor autori, ce aparţin acestei noi orientări, au apărut şi în traducere românească (Barus-Michel, Giust-Desprairies şi Ridel, 1998; Sirota, 1998). Adrian Neculau, iniţiatorul traducerii acestor lucrări în limba română, scrie în prefaţa primei lucrări citate: „Psihologia socială clinică se simte bine în vecinătatea psihanalizei. Utilizează multe dintre conceptele acesteia, metodele sale de investigaţie, are predilecţii pentru problematica acesteia. Inconştientul, fantasmele, comportamentele defensive, ca şi cele ofensive sunt tărâmul lor comun" (Neculau, 1998). Expansiunea problematicii inconştientului, în linii generale, şi a psihanalizei, în particular, până şi în psihologia socială clinică, justifică poate cel mai elocvent „ triumfurile psihanalizei".

Totuşi, prin diversitatea lor, cercetările psihanalitice exprimă dificultatea conceperii într-o manieră unitară a inconştientului.

Unii autori, printre care se numără însuşi Freud, au definit inconştientul într-o *manieră restrictivă şi exclusivistă*, considerânu-l doar rezervorul tendinţelor înfrânate, înăbuşite, refulate, frustrate. Inconştientul este cel care explică lapsusurile, pseudoamneziile, actele ratate, visele etc.

Alţi autori definesc inconştientul într-o *manieră negativă*, insistând mai mult asupra rolului său în ansamblul vieţii psihice. În viziunea acestor autori inconştientul apare ca haos, ca iraţional, învolburare de pulsiuni oarbe, ce nu cunosc nici o organizare, cu efecte dezorganizatorice şi inhibitive asupra vieţii psihice, ca ţinând chiar de patologia mintală.

Psihologia contemporană defineşte inconştientul într-o *manieră extensivă şi pozitivă*, ca fiind o formaţiune psihică, ce cuprinde tendinţele ascunse, conflictele emoţionale generate de resorturile intime ale personalităţii. „Inconştientul nu trebuie conceput ca un receptacul de amintiri, ca un refulat oarecare, ci ca o structură asimilatoare, o schemă dinamică deschisă lumii,

organizând elementele primite (biologice, sociale, culturale), modelându-le, integrându-le în psihic şi dând un sens fiinţelor şi lucrurilor" (Sillamy, 1980).

- Din faptul că inconştientul are o funcţionalitate mai puţin previzibilă, o desfăşurare mai haotică, nu trebuie să deducem că el ar fi lipsit de ordine, de orice rânduială. El nu este lipsit de organizare, ci dispune de un alter ego, el neagă ordinea impusă de conştiinţă, dar aceasta nu înseamnă dezordine, ci faptul că aduce o altă ordine, adică ordinea propriei sale subiectivităţi.
- Din faptul că inconştientul se manifestă impulsiv sau spontan nu trebuie să se tragă concluzia că structurile sale nu sunt suficient de bine conturate.

Ei, de exemplu, consideră că principalele „structuri" ale conştientului sunt:

– sistemul neurovegetativ sau autonom cu funcţiile sale (respiraţie, circulaţie, digestie etc.);

– automatismele psihologice sau „inconştientul subliminal" exprimat de organizarea normală a câmpului conştiinţei;

– baza inconştientă a persoanei, care conţine stadii arhaice. Aşadar, experienţa psihosomatică inconştientă, infrastructura câmpului conştiinţei şi formele primitive ale existenţei persoanei sunt sisteme de forţe, care constituie inconştientul.

Deşi structurile sale sunt mai simple decât cele ale conştiinţei, inconştientul îndeplineşte următoarele roluri:

- *rol de energizare şi dinamizare* a întregii *vieţii psihice* a individului;
- *rol de facilitare a procesului creator,* contribuind la realizarea unor combinări şi recombinări spontane:
- *rol de asigurare a unităţii Eului*, prin faptul că este principalul depozitar al programelor informaţionale şi al tensiunilor motivaţionale pe baza cărora, prin organizare specifică, se emancipează conştiinţa.

Inconştientul face parte integrantă din fiinţa umană, nelăsând-o neinfluenţată în nici una din ipostazele sale existenţiale normale sau patologice.

Faptul că inconştientul este diferit în manifestările sale nu putea să scape celor, care s-au ocupat cu abordarea lui. Aşa încât foarte curând a început să se vorbească nu de inconştient în linii generale, ci de variate tipuri sau moduri de inconştient. Însuşi Freud deosebea trei *tipuri de inconştient*:

- unul *latent* sau *preconştient,* care cuprinde stările psihice susceptibile de a deveni conştiente;
- altul format din *faptele psihice refulate;*
- al treilea, constituind partea cea mai *importantă a eului ideal*.

Dwelshauvers prezenta în lucrarea sa *L'inconscient*, apărută în a. 1919, o multudine de tipuri de incoştient. Ralea, care s-a referit în a. 1926 la clasificarea lui Dwelshauvers, le-a redus la două forme fundamentale:

– inconştientul *funcţional*, cu subdiviziunea în inconştientul *fiziologic* şi inconştientul *psihic*;

– inconştientul *adaptiv,* tot cu două subdiviziuni: inconştientul *automatic* şi inconştientul *afectiv.*

Pavelcu, în lucrarea sa din a. 1941, utilizând criteriul dimensiunilor vieţii spirituale (verticală, orizontală, logitudinală), deosebea trei forme ale inconştientului, şi anume: inconştientul *abisal*; inconştientul *periferi*c; inconştientul *temporal* (Pavelcu, 1982). Nu ne mai referim şi la alte clasificări, ci specificăm doar faptul că diferenţierile dintre tipurile sau modurile de inconştient provin din felul, în care este rezolvată problema naturii inconştientului şi cea a rolului acestuia în viaţa psihică.

În cursul noilor orientări psihologice se disting doar trei tipuri de inconştient: inconştientul *cerebral;* inconştientul *colectiv;* inconştientul *cognitiv,* ele revenind în actualitate.

Constatări concluzive

În dinamica vitală a conştientului principalul sistem de referinţă rămâne conştiinţa, deoarece prin intermediul ei omul reproduce în mod adecvat realitatea, aşa cum este ea, şi numai în virtutea acestui fapt el îşi poate conduce şi regla corespunzător conduita. Este necesar să consemnăm, susţinea Ei, „subordonarea organică a inconştientului faţă de conştient" (Ey, 1983), deoarece numai în felul acesta vom ajunge în posesia conştiinţei morale şi vom evita pierderea libertăţii adusă de dezorganizarea fiinţei conştiente o dată cu maladiile mintale. Conştiinţa se implică în însăşi realizarea destinului uman, acesta din urmă nefiind altceva decât „conştiinţa acţiunii şi a scopurilor" sau „conştiinţa personalităţii întregită în dimensiunea ei temporară" (Pavelcu, 1982).

Conştiinţa superioară a conduitei sale îi oferă omului posibilitatea de a se conduce în viaţă.

COMPARTIMENTUL II
PROCESELE PSIHICE SENZORIALE

Tema 1. SENZAȚIA

1.1. Definire şi caracteristica generală a senzațiilor

Necesitatea de adaptare a organismului, de a face față unor solicitări exterioare din ce în ce mai complexe au condus la apariția unor forme de captare şi prelucrare a informațiilor, la structurarea unor modalități de răspuns la influențele externe. La nivelul elementar al dezvoltării organice, forma sub care se reacționează este iritabilitatea simplă, proprietatea biologică generală, care permite ființelor vii să recepționeze influențele externe şi să răspundă selectiv la ele printr-o modificare internă.

Iritabilitatea simplă reprezintă tocmai proprietatea organismului de a răspunde prin procese active interne la acțiunile din afară. Se observă că iritabilitatea simplă reprezintă o formă de interacțiune între organism şi mediu, esențială pentru asigurarea vieții. Reacția manifestată de organism la acțiunea substanțelor şi formelor de energie externă este difuză, nediferențiată, nespecializată, o reacție a întregului organism, care este în acelaşi timp atât analizator, cât şi executor.

Când un stimul din exterior acționează asupra oricărei porțiuni a organismului, în interiorul acestuia din urmă au loc modificări biochimice şi biofizice, care dau naştere unei stări de excitație, ce se propagă prin difuziune, din aproape în aproape, în tot organismul.

Iritabilitatea nu înseamnă însă reacția organismului la orice stimul, ci numai la stimulii, care au o semnificație biologică vitală pentru organism şi care satisfac prin ei înşişi trebuințele biologice ale organismului; în interiorul acestuia din urmă au loc modificări biochimice şi biofizice, ce dau naştere unei stări de excitație, care se propagă prin difuziune, din aproape în aproape, în tot organismul.

Iritabilitatea simplă satisfăcea cerințele vieții într-un mediu relativ simplu, omogen, în care chiar resursele de viață erau încă neformate. Cum însă condițiile de mediu încep să se complice, organismul este *„forțat”* să-şi elaboreze noi forme de reacție la mediu. Cel puțin două împrejurări au impus apariția cu necesitate a unei noi forme de reacție a organismului la mediu. Prima o reprezintă existența într-un *număr limitat a stimulilor biologici necesari,* ce prin ei înşişi satisfac trebuințele biologice ale organismului, la care se adaugă *dispersiunea lor mare în mediul înconjurător.* A doua constă în faptul că stimulii biologici necesari *apar împreună* sau *amestecați* cu alți factori indiferenți, ce prin ei înşişi nu satisfac trebuințele biologice ale organismului, dar care au o mare valoare în depistarea primilor. O bucată de carne dispune de proteine, glucide etc., care prin ele însele satisfac trebuința de hrană a animalului, dar şi de alte proprietăți, cum ar fi forma, culoarea, mărimea, mirosul etc., care prin ele însele nu satisfac trebuința de hrană, dar pot semnaliza prezența în mediu a stimului, ce va satisface această trebuință. Semnificativă din acest punct de vedere ni se pare a fi distincția făcută de A.N. Leontiev (1903–1979) între sursele de viață neformate şi sursele de viață formate ca lucruri, primele fiind cele, ce întrețin existența organismului, celelalte fiind neutre din punct de vedere biologic, dar mediind în mod obiectiv însuşirile esențiale pentru viață ale unei anumite substanțe având formă de lucru. „*Un corp format, înainte de a exercita o acțiune asupra organismului prin proprietățile sale chimice, de exemplu ca substanță nutritivă, acționează asupra lui prin alte proprietăți ale sale – ca un corp, ce are volum, elasticitate* etc,. „Acest fapt face obiectiv necesară apariția relațiilor mediate cu mediul” (A.N. Leontiev, 1964).

La un anumit moment al evoluției a fost necesară apariția unei noi capacități, care să permită organismului atât căutarea şi depistarea stimulilor biologici necesari în mulțimea celor indiferenți, cât şi recepționarea şi reacția la stimulii indiferenți, dar care au o mare valoare de semnalizare în raport cu ceilalți. Această nouă capacitate este sensibilitatea.

Proprietatea organismului de a recepţiona factorii indiferenţi, de a stabili un raport cu sens între ei şi cei necondiţionaţi poartă denumirea de sensibilitate. Spre deosebire de iritabilitatea simplă, care este o *proprietate* biologică, sensibilitatea este o proprietate psihică. Ea constituie, după cum se exprimă Leontiev, *„forma embrionară a reflectării psihice",* prima formă de psihic, ce stă la baza celorlalte procese superioare de relaţionare a individului la mediu. Dacă la nivelul iritabilităţii simple e reacţia ce va fi generalizată, realizată cu întreg organismul, la nivelul sensibilităţii ea este *diferenţiată,* realizată prin intermediul organelor *de* simţ *specializate* pentru recepţionarea anumitor modalităţi de energie externă. Sensibilitatea este proprietatea de reacţie a organismului, la acţiunea mediului exterior, ce stimulează şi dirijează activitatea organismului, deci la *stimulii neutri,* dar care devin puncte de sprijin şi de reper în depistarea şi descoperirea celorlalţi. Sensibilitatea este o formă evoluată a adoptării, întrucât îndeplineşte funcţii de semnalizare în raport cu schimbul de substanţe. Sensibilitatea reprezintă un produs al evoluţiei materiei vii, dar şi o „*condiţie*", un „*mecanism*" absolut necesar de interacţiune la nivelul adaptiv optim al procesului vital şi de asigurare a dezvoltării biopsihice a individului.

Cea mai simplă legătură informaţională a omului cu realitatea este realizată prin intermediul senzaţiilor.

- *Senzaţiile* sunt procesele psihice elementare, prin care se semnalizează, separat, în forma imaginilor simple şi primare, însuşirile concrete ale obiectelor şi fenomenelor, în condiţiile acţiunii directe a stimulilor asupra organelor de simţ (analizatori).
- *Senzaţiile* sunt procese psihice senzoriale, cognitive, esenţa cărora constă în reflectarea unor calităţi *izolate* ale obiectelor şi fenomenelor în momentul acţiunii lor asupra organelor de simţ.

Izolarea unui aspect al realităţii (lumină, gust sau miros) se datorează faptului că există organe de simţ diferenţiate, specializate pentru a recepţiona în condiţii optime o anumită categorie de excitanţi (optim = prielnic, de mijloc, nu prea puternic şi nici prea slab). În realitate senzaţia presupune nu doar un organ senzorial, ci un întreg aparat denumit de Pavlov ***analizator***. Acesta se compune din:

1) organul senzorial;
2) nervul aferent (senzorial);
3) regiune corespunzătoare din scoarţa cerebrală (zona de proiecţie);
4) nervul eferent (motor);
5) organul efector (care îndeplineşte acţiunea).

Senzaţii separate nu întâlnim la omul adult, ele există la animalele inferioare şi la copii în primele săptămâni ale vieţii, când mielinizarea incompletă a fibrelor asociative din cortex împiedică o comunicare neîntreruptă între diferite porţiuni ale sale.

Odată cu maturizarea mai avansată a conexiunilor interneuronale, fiecare senzaţie se sintetizează cu altele; produse simultan, precum şi cu urmele execitaţiilor anterioare, formând o percepţie ce este cunoaşterea sintetică a obiectului în integritatea lui (exemplu: Senzaţia de cald şi Percepţia de cuptor cald)

Senzaţiile nu sunt unica formă de reflectare a lumii. Formele superioare ale reflectării senzoriale (percepţia, reprezentarea) nu pot fi reduse la suma sau combinaţia senzaţiilor.

Fiecare formă de reflectare are un specific calitativ, dar fără senzaţii ca *formă iniţială de reflectare* – este imposibilă existenţa oricărei activităţi cognitive. Fără senzaţii e imposibil activismul psihic al omului.

Numeroase experimente ce relevă influenţa izolării senzoriale (lipsa totală sau parţială a excitaţiilor) asupra psihicului şi organismului uman, ne demonstrează că după mai puţin de 24 ore de izolare senzorială totală (IST) se observă dereglări ale conştiinţei, apar halucinaţii, idei fixe. *Exemplu*: Experienţele de izolare efectuate în laboratorul lui Hebb sunt f. sugestive din acest punct. Subiecţii au fost culcaţi pe o canapea într-o cameră, în care se întrerupsese orice contact senzorial cu realitatea înconjurătoare (nu vedeau, nu auzeau, nu se mişcau, nu puteau să pipăie). După 20 de ore de absenţă a contactului cu lumea exterioară a obiectelor, psihicul

funcţiona prost, iar subiecţii nu gândeau normal. Au apărut tulburări emoţionale, halucinaţii. Prin urmare, permanenta transformare a energiei exterioare (deci a excitantului) într-un fapt de conştiinţă, ce se realizează în situaţii, este o condiţie necesară a activităţii normale a psihicului.

Senzaţiile sunt elementele fundamentale ale oricărui proces de cunoaştere şi se efectuează prin intermediul organelor de simţ.

Senzaţiile reflectă doar însuşiri separate, dar omul trăieşte într-o lume a obiectelor şi de aceea, la necesitate, le integrează în procese perceptive. Senzaţiile mai sunt şi imagini primare, întrucât ele reprezintă rezultatul imediat al acţiunii stimulului asupra analizatorilor şi nu apar decât în aceste condiţii. Senzaţiile capătă o serie de proprietăţi, care le individualizează şi le acordă totodată un anumit specific, şi anume (4 proprietăţi): intensitatea senzaţiilor, calitatea senzaţiilor, durata senzaţiilor, tonul afectiv al senzaţiilor.

1. Intensitatea senzaţiilor – această proprietate a senzaţiilor este legată, în special, de *intensitatea* fizică a stimulilor, care le provoacă. Studiul relaţiei cauzale dintre intensitatea fizică a stimulului şi intensitatea experienţei subiective, deci a senzaţiei, a făcut obiectul nenumăratelor investigaţii finalizate prin formularea unei legităţi mai generale a senzaţiilor, legea intensităţii.

Intensitatea senzaţiei nu depinde exclusiv de intensitatea stimulului, ci de o multitudine de alte variabile, care acţionează independent sau corelat cu intensitatea fizică a stimulului. Unele din ele se referă la *alte caracteristici ale stimulului,* cum ar fi durata aplicării lui.

Un stimul, chiar dacă nu dispune de o intensitate necesară producerii senzaţiei, poate totuşi produce senzaţia prin aplicarea repetată. Alte variabile ale intensităţii senzaţiilor se referă la *modul de aplicare a stimulului.* Se pare că aplicarea intermitentă (discontinuu, la anumite intervale) a unui stimul este mai productivă decât aplicarea lui continuă. Un sunet sau un flux de lumină vor atinge pragul la cea mai mică intensitate, aceasta din urmă fiind net-superioară comparativ cu cea a unui stimul, ce acţionează continuu, desigur nu independent de durata şi frecvenţa întreruperilor.

Cea de-a treia categorie de variabile, care influenţează intensitatea senzaţiei, o reprezintă unele *particularităţi ale mecanismelor anatomo-fiziologice ale senzaţiei,* începând cu mărimea suprafeţei receptoare stimulate, continuând cu numărul neuronilor puşi în funcţie de mesaj (deoarece fiecare fibră se articulează cu o mulţime de neuroni) şi terminând cu variaţia potenţialului la nivelul neuronilor receptivi ai cortexului senzorial.

2. Calitatea senzaţiilor – care constă în *capacitatea lor de a fi vizuale, auditive, gustative, olfactive etc.,* are mare importanţă în *identificarea* corectă a obiectelor şi persoanelor, dar mai ales în *ghidarea* comportamentului. Savoarea unui aliment, vocea unui prieten, mirosul unui animal influenţează reacţiile noastre de căutare sau de evitare a alimentelor, prietenilor, animalelor. Iată de ce descoperirea mecanismelor, cărora le poate fi atribuită calitatea experienţei senzoriale umane, a constituit o preocupare constantă a cercetătorilor. Clifford T. Morgan (în 1941) face sinteza acestor mecanisme, menţionând faptul că cel puţin trei mecanisme par a explica mai adecvat calitatea senzaţiilor:

- **Selectivitatea receptorilor** – constă în specificitatea diferenţiată a receptorilor în raport cu diversele specii de stimuli. Selectivitatea receptorilor se explică, la rândul ei, prin mai multe aspecte, dintre care mai importante sunt:

a) localizarea receptorilor – (unii sunt localizaţi la suprafaţa organismului, deci nu vor putea obţine decât informaţiile, ce vin din afara corpului, pe când alţii, fiind localizaţi în interiorul organismului, în organele interne, în tendoane, articulaţii, muşchi, vor fi sensibili doar la stimulii, ce vin din propriul organism);

b) structurile asociate receptorilor (ochelarii nu filtrează sunetele, la fel cum aparatele acustice nu sunt adaptate pentru lumină);

c) caracterele chimice şi structurale ale receptorilor (celulele vizuale conţin o serie de substanţe chimice, care le conferă proprietăţile lor fotosensibile, celulele labirintului nonauditiv dispun de o structură adaptată stimulilor mecanici);

d) caracteristicile funcţionale ale receptorilor (terminaţiile nervoase libere din piele dau senzaţii diferite; de contact, de temperatură, de durere, datorate nu numai structurii şi

consistenţelor lor chimici, ci, probabil, şi echilibrului polarizat al membranelor nervilor). Sensibilitatea organismului la stimulii non-specifici nu este gratuită, dimpotrivă, îndeplineşte funcţii adaptative. De exemplu, faptul că o căldură excesivă excită receptorii durerii avertizează organismul asupra unui pericol, care îl ameninţă.

- **Energia specifică a organelor de simţ** este alt mecanism, care explică calitatea senzaţiei. Se porneşte de la premisa că fiecare organ de simţ posedă o energie specifică, proprie lui, care este transmisă creierului, indiferent de maniera în care este stimulat. Energia specifică a fibrelor determină sau imprimă calitatea senzaţiei după ce selecţia a fost făcută. O asemenea idee a fost însă contestată de alţi cercetători, care considerau că particularităţile calitative ale stimulului se imprimă receptorilor şi fibrelor independent de proprietăţile particulare ale acestora din urmă. Deci nu energia specifică a receptorilor sau a fibrelor nervoase determină calitatea senzaţiei, ci specificul stimulului. Ewald Hering (1834–1918) în teoria sa asupra vederii colorate demonstrează că unul şi acelaşi receptor poate da două tipuri diferite de impresii colorate, în funcţie de stimulii, care sunt aplicaţi. El propune, *teoria fibrelor non-specifice,* care intră în felul acesta în dispută cu teoria fibrelor specifice formulată de Helmholtz.

Morgan e înclinat să creadă că din aceste două teorii cea, care are dreptate, este teoria fibrelor specifice, confirmată de fapte şi demonstrată prin probe experimentale. Sunt invocate drept argumente investigaţiile efectuate asupra grupurilor de fibre senzoriale. Pentru fiecare fibră a neuronului auditiv există, de exemplu, o anumită frecvenţă, care declanşează reacţia sa maximă. De asemenea, fiecare fibră optică are propria ei curbă de vizibilitate, aceste curbe diferă de la o fibră la alta. Morgan duce însă ideea mai departe: chiar dacă, în esenţă, calitatea experienţei senzoriale depinde de receptorul, care intră în joc, este foarte probabil ca o calitate senzorială dată să depindă, în condiţii normale, de „*diferite combinaţii de receptori specifici sau de combinarea numeroase la fibre specifice diferite"* (Morgan, 1949). De exemplu, senzaţia de arsură cauzată de căldura sau de frigul intens poate fi explicată prin combinarea activităţii receptorilor pentru cald şi pentru rece.

- **Energia specifică centrală** este un al treilea mecanism implicat în explicarea calităţii senzaţiilor. Aceasta din urmă se datorează, cred unii autori, nu numai unor mecanisme periferice (energia specifică a receptorului sau a fibrei nervoase), ci şi unor mecanisme centrale, corticale (energiei specifice a instanţelor superioare prezente în realizarea senzaţiilor). În sprijinul acestui punct de vedere se aduc argumente de ordin *anatomo-fiziologic* (localizarea spaţială mai riguroasă a capetelor corticale ale diferitelor organe de simţ) sau de ordin *neurologic* (tulburarea vederii colorate în condiţiile perturbării cortexului, indiferent de alte defecţiuni vizuale).

Mai plauzibil însă decât acest mecanism biochimic este cel al *conexiunilor* stabilite în sistemul nervos central (SNC). Calitatea senzaţiilor este diferită, deoarece ele suscită comportamentele diferite care, la rândul lor, sunt dependente tocmai de calitatea (frecvenţa, rapiditatea etc.) conexiunilor nervoase.

3. Durata senzaţiilor – această proprietate se referă la *întinderea în timp* a senzaţiei. De obicei, senzaţia persistă atâta vreme cât acţionează şi stimulul. În acest interval, ea variază în ceea ce priveşte unele dintre caracteristicile enumerate, dependent de nenumăraţi factori. Creşterea progresivă a intensităţii stimulului va duce la creşterea intensităţii senzaţiei, în timp ce descreşterea progresivă a acesteia – la descreşterea intensităţii senzaţiei. Însă intensitatea experienţei senzoriale poate scădea nu doar în urma reducerii intensităţii stimulului, ci şi datorită intrării în funcţiune a fenomenului de adaptare, de obişnuire cu stimulul. Aşadar, în timpul unei senzaţii au loc fenomene de *amplificare* sau de *diminuare, de declin,* al senzaţiilor, finalizate fie prin *adaptarea senzorială*, fie prin *dispariţia senzaţiei.* Nu întotdeauna însă senzaţia dispare după începerea acţiunii stimului; dimpotrivă, ea *persistă şi după ce stimulul încetează* a mai acţiona asupra individului.

Persistenţa senzaţiilor este extrem de variabilă. Se pare că cele mai persistente după încetarea acţiunii directe a stimulului sunt senzaţiile gustative. Un gust amar se păstrează chiar după ce gura a fost clătită cu apă. Sensibilitatea tactilă superficială este însă foarte puţin persistentă.

Imaginile, care se păstrează şi după încetarea acţiunii stimulului, poartă denumirea de *imagini consecutive.* Există nenumărate efecte consecutive pozitive de mişcare sau de culoare. Ele sunt de două feluri: pozitive şi negative. *Imaginile consecutive pozitive* sunt cele, care corespund senzaţiei originare. De exemplu, un cărbune încins învârtit în întuneric dă impresia unui cerc luminos. *Imaginile consecutive negative* sunt cele, care nu corespund senzaţiei originare, ci sunt complementare acesteia. Dacă vom privi cu un ochi 1–2 min un pătrat roşu şi apoi ne vom fixa privirea pe un perete alb, vom vedea culoarea verde. Analiza acestor efecte evidenţiază prezenţa a două aspecte. Primul: efectele consecutive sunt întotdeauna opuse sau complementare, fapt care sugerează existenţa a două sisteme antagoniste. Al doilea: efectele consecutive necesită stimularea prelungită a unuia dintre sistemele antagoniste, fapt care sugerează modificarea capacităţii de răspuns a mecanismelor senzoriale, fie în sensul adaptării ei, fie în cel al obosirii până la scăderea sensibilităţii la datele senzoriale.

4. Tonul afectiv al senzaţiilor – este proprietatea generală a senzaţiilor de a *produce stări afective plăcute sau neplăcute,* de apropiere sau de respingere a realităţii pe care o reflectăm.

Ne deschidem ochii mari, ne încordăm şi ascuţim auzul când intrăm în contact cu stimuli vizuali şi auditivi, ce produc senzaţii plăcute; ne acoperim ochii, ne astupăm urechile, ne protejăm nasul şi gura când energiile înconjurătoare sunt foarte intense sau neplăcute. Simţurile produc aşadar atât experienţe agreabile, cât şi experienţe supărătoare, dezagreabile. În consecinţă, stimulii, care se asociază cu senzaţii plăcute, vor fi căutaţi, apropiaţi, recepţionaţi, preferenţial, cei ce generează experienţe senzoriale neplăcute vor fi evitaţi sau respinşi.

Tonalitatea afectivă a senzaţiilor depinde de gradul de satisfacere sau nesatisfacere a trebuinţelor. Satisfacerea senzaţiilor de foame, de sete, a celor sexuale se va asocia întotdeauna cu apariţia unor stări afective plăcute, pe când nesatisfacerea lor cu stări afective neplăcute. Tonul afectiv al senzaţiilor este proprietatea, care *specifică şi individualizează* senzaţiile în general, dar şi pe unele în raport cu altele.

Definirea senzaţiei prin opoziţie cu percepţia

Raportarea senzaţiei la percepţie reprezintă cea mai răspândită modalitate de definire şi individualizare a senzaţiei. Punerea faţă în faţă a două mecanisme cognitive reuşeşte să conducă la surprinderea notelor distinctive ale fiecăruia dintre ele.

Tomas Reid (1710–1796), de exemplu, concepea senzaţiile ca fiind unităţi psihice elementare şi primitive, care, combinându-se şi asociindu-se între ele, conduc la percepţii. El sesiza astfel caracterul primitiv al senzaţiilor elementare comparativ cu caracterul complex şi structural al percepţiilor. Inspirându-se din chimie, Reid deriva percepţia din senzaţie, ca pe un corp compus din corpuri mai simple.

Reid a sesizat însă şi o altă diferenţă existentă între senzaţii şi percepţii. Astfel, în timp ce senzaţiile sunt experienţe mentale pur subiective, percepţiile permit o priză de conştiinţă directă a obiectelor fizice, care există independent de cel ce le percepe. Chiar dacă distincţia dintre cele două mecanisme psihice este simplistă, ea sugerează nivelul calitativ superior al percepţiilor comparativ cu cel al senzaţiilor.

Senzaţia este „o simplă experienţă conştientă asociată stimulilor", pe când percepţia este „experienţa conştientă asupra obiectelor şi a relaţiilor obiectelor" (Coren, Porac şi Ward, 1984).

Senzaţia este procesul, cu ajutorul căruia stimulii sunt detectaţi şi codaţi, spre deosebire de percepţie, care este procesul mintal al organizării şi interpretării senzaţiilor.

1.2. Mecanismele fiziologice ale senzaţiei

La nivelul senzaţiilor legătura dintre fiziologic şi psihologic este atât de strânsă, încât cu greu ar putea fi făcute unele delimitări, fiziologicul convertindu-se în psihologic, iar psihologicul declanşând noi manifestări ale fiziologicului. Se şi afirmă, de altfel, că senzaţiile sunt domeniul, în care studiul psihologic se află în *„cel mai lung şi mai fericit mariaj cu fiziologia".* (Gray, 1991). La producerea senzaţiei participă numeroase instanţe şi mecanisme, fiecare din ele îndeplinind roluri specifice. În principal, *aparatul morfo-funcţional,* care contribuie la realizarea

senzației este ***analizatorul,*** cu părți şi funcții distincte. Rolul lui este de a converti energia exterioară sau interioară într-un fapt de conştiință, fie şi simplu, cum este senzația.

Senzațiile sunt rezultatul activității reflexe a analizatorilor ca răspuns la stimulările exterioare simple. *Analizatorul este un ansamblu structural-funcțional, care face posibilă producerea senzațiilor.*

1. Recepția stimulilor (receptorul)

Organele esențiale, prin intermediul cărora se realizează captarea informațiilor, sunt ***receptorii,*** extrem de numeroşi (cca 400.000.000) şi *specializați* pentru recepționarea diverselor forme de energie.

Receptorul este componența, care transformă energia excitaților exteriori în flux nervos.

Celulele receptoare ale analizatorului vizual (conurile şi bastonaşele din retină) recepționează, de pildă, undele electromagnetice cu lungimi cuprinse între 390 şi 800 milimicroni; organul Corti (receptorul analizatorului auditiv) recepționează undele sonore cu frecvențe cuprinse între 16 şi 20.000 Hz. etc.

Cel puțin două caracteristici ale receptorilor rețin atenția:

a) ei sunt sensibili față de stimulii adecvați, specifici, dar nu şi pentru stimulii inadecvați specifici, sau nespecifici față da care rămân insensibili (cu excepția stimulilor electrici şi mecanici, considerați ca fiind universali şi deci aplicabili pe orice receptor);

b) rolul esențial al receptorilor este de a converti energia fizică, externă a stimulilor în activitate neutră, proces numit *transducție.*

Prin transducție celulele receptoare produc o schimbare electrică în răspunsul la un stimul. De exemplu, receptorii din ochi răspund luminii, cei din ureche sunetului etc. Concomitent cu transducția are loc şi *codarea primară* a informațiilor, prin urmare transpunerea proprietăților fizice ale stimulilor într-o structură a activității neurale, care identifică specificul proprietăților fizice calitative şi cantitative ale obiectelor.

Proprietățile cantitative se referă la tăria, intensitatea, forța lor (lumina poate fi puternică sau slabă, moleculele, care stimulează gustul sau olfacția pot fi concentrate sau diluate).

Proprietățile calitative – se referă la tipul, felul de energie (contactul cu undele electromagnetice permite perceperea culorilor, în timp ce contactul cu sunetele permite percepția frecvenței acestora).

2. Conducerea influxului nervos la creier

Reprezintă un al doilea mecanism implicat în producerea senzațiilor. Transmiterea la creier a influxului nervos se face prin intermediul *fibrelor aferente,* mai puțin numeroase, decât receptorii. Se consideră că ar exista în total 4.000.000 de asemenea fibre, deci fiecare fibră nervoasă vine în contact cu circa 100 de celule receptoare.

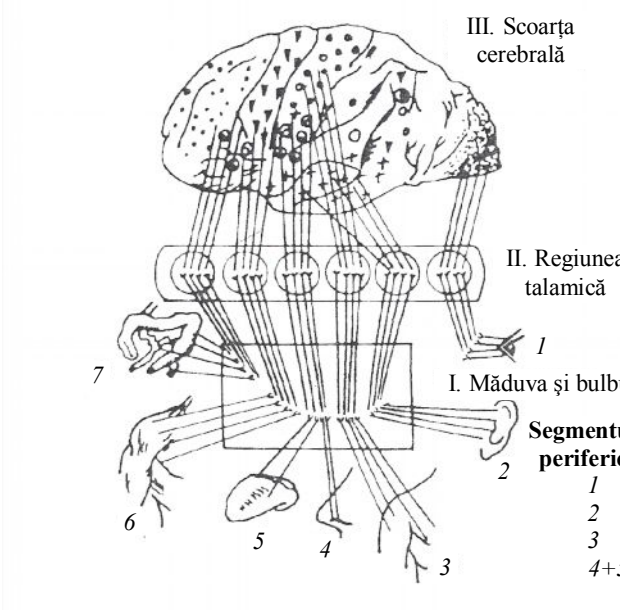
Traseul cerebral, care porneşte de la receptor la creier, nu este continuu, ci prezintă 3–4 întreruperi sinaptice, amplasate la diferite niveluri ale sistemului nervos central.

Rolul esențial al căilor de conducere sau aferente este acela de prelucrare succesivă tot mai comlexă a semnalelor nervoase. Dacă în receptor are loc codarea primară a informațiilor, în căile de conducere asistăm la *recodificarea* informațiilor, la reorganizarea elementelor informaționale, la filtrarea lor. Unele dintre ele, cele cu mare încărcătură informațională, sunt reținute, în timp ce altele, mai puțin semnificative, sunt eliminate, fie blocate la nivel subcortical. Cercetările au demonstrat că pe căile aferente circulă o cantitate imensă de informații (100.000.000 biți pe secundă), în timp ce creierul nu poate opera decât cu o cantitate relativ mică de informații (100 biți pe secundă). Aceasta înseamnă că travaliul realizat de etajele inferioare în prelucrarea informațiilor este imens. În căile de conducere are loc elaborarea neurogramelor, ce cuprind informația senzorială menită a fi transmisă spre creier.

3. Interpretarea informațiilor nervoase de către creier.

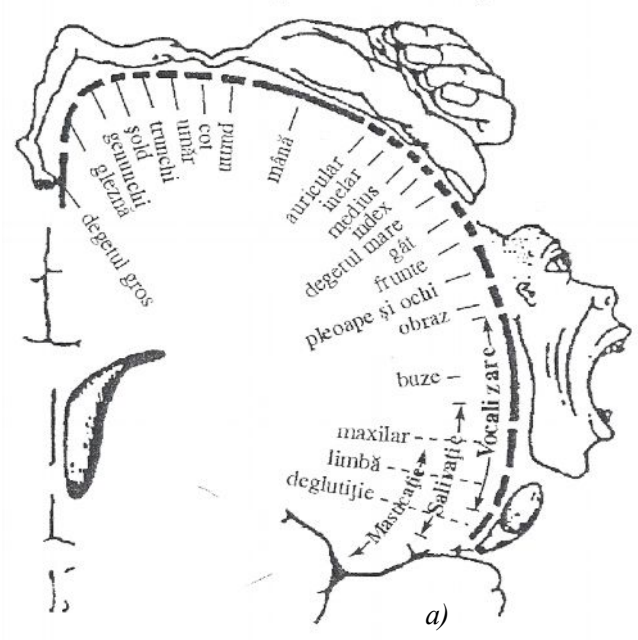
Acesta este mecanismul cel mai important al senzației. Interpretarea informațiilor se produce în *zonele de proiecție corticală ale analizatorului,* compusă dintr-o porțiune centrală sau primară, numită nucleul analizatorului, şi alta periferică.

Aria senzorială primară cuprinde aria vizuală (lobul occipital), aria auditivă (lobul temporal) şi aria somatosenzorială (lobul temporal). În imediata vecinătate a ariei senzoriale se află aria motorie principală, neuronii din ea controlând motricitatea voluntară rapidă, precisă şi coordonată a musculaturii scheletice din partea opusă corpului. Localizarea segmentelor corticale ale analizatorilor este redată în *figura 9*.



Segmentul periferic	Segmentul cortical
1	Analizator vizual
2	Analizator auditiv
3	Analizator cutanat
4+5	Analizator olfactiv şi gustativ
6	Analizator kinestezic
7	Analizator intern

Fig. 9. **Localizarea segmentelor corticale ale analizatorilor.**



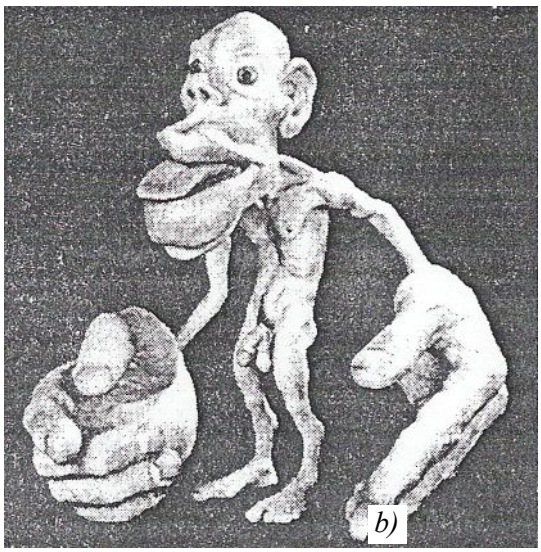


Fig. 10. **Homunculus motor (a) şi homunculus somato senzorial (b).**

4. Sancţionarea activităţii verigilor periferic (receptoare şi efectoare)

Aceasta reprezintă mecanismul final al senzaţiei. Ea se produce prin intermediul *conexiunii inverse*, care constituie un mecanism reglator. **Instanţele superioare** ale creierului controlează activitatea receptorilor, obligându-i la modificarea stărilor funcţionale, în sensul amplificării sau eliminării excitabilităţii, selectivităţii etc., în funcţie de necesităţile momentane ale organismului (trebuinţe, expectaţii etc). În acest caz, receptorul devine şi efector, deoarece sub influenţa semnalelor de comandă sosite de la creier el îşi schimbă starea funcţională.

Confruntarea dintre influxurile nervoase aferente declanşate de stimuli şi influxurile nervoase eferente comandate de scoarţa cerebrală permite reproducerea adecvată, optimă a realităţii.

Toată scoarţa cerebrală reprezintă un analizator gigantic, verigile căruia sunt specializate în reflectarea anumitor însuşiri ale obiectului.

Analizatorul are o activitate reflexă unitară. Lipsa oricărei verigi, şi mai ales a celei centrale, face imposibilă apariţia senzaţiei, pentru care este specializat acel analizator

1.3. Clasificarea senzaţiilor. Criterii de clasificare

Senzaţiile au mai multe însuşiri, sunt de mai multe feluri, deci necesită o clasificare. Delimităm anumite criterii:

I. ***În funcţie de modul de excitare a organelor de simţ***:

– tangoreceptive – senzaţii, ce presupun un contact direct al obiectului cu organele de simţ (tactile, organice, gustative, chinestezice);

– teleceptive – senzaţii, ce presupun acţiunea obiectului de la distanţă (vizuale, auditive, olfactive).

II. ***În funcţie de prezenţa sau absenţa scopului şi a efortului volitiv***:

– voluntare;

– involuntare.

III. ***În funcţie de situarea receptorilor pe suprafaţa corpului***:

– exteroreceptive – senzaţii, ce furnizează informaţii cu privire la obiectele din exterior;

– interoreceptive – senzaţii, ce transmit informaţia despre modificările stării interne a corpului (senzaţia de frig, foame, sete, căldură);

– proprioreceptive – senzaţii referitoare la poziţia şi mişcarea corpului nostru (în spaţiu senzaţia de mişcare, de echilibru).

Caracteristica senzațiilor proprioreceptive:

Din categoria lor fac parte:

a) S. somatoestezice – senzații, ce permit cunoaşterea poziției membrelor. Se datoresc unor organe situate în mușchi, tendoane, ligamente. Astfel ne dăm seama de contractarea sau relaxarea musculară, de poziția membrelor, de diferite mişcări.

b) S. chinestezice – senzații, ce permit cunoaşterea mişcării membrelor. Ele au rol hotărâtor în controlul muscular, fac posibilă îndemânarea manuală.

c) S. statice (de echilibru) – ne fac conştienți de poziția capului, corpului în spațiu. Sunt provocate de excitarea organelor de simț aflate în canalele semicerculare ale urechii interne. Nervul specific este cel vestibular.

Caracteristica senzațiilor interoreceptive

a) Senzații, ce traduc trebuința de funcționare a organelor interne (senzații de sete, foame, sufocare, frig).

b) S. discrete – legate de funcțiile organelor, se simt când respirăm, când suntem atenți la bătăile inimii.

c) S. provocate de excese – abuz de ceva (senzație de greață, oboseală).

d) S. cauzate de boli patologice (îmbolnăviri, dureri interne, numai anumiți excitanți provoacă durerea)

Ex: Inima nu e sensibilă la lezare, dar este foarte sensibilă la creşterea fluxului sangvin.

Caracteristica senzațiilor exteroreceptive:

1. S. tactile – sunt provocate de receptorii aflați în piele. Ele sunt de:

a) contact şi presiune – e greu de stabilit dacă sunt 2 senzații diferite sau este una şi aceeaşi de intensitate diferită.

Sunt identificate 2 categorii de corpusculi în piele:

- corpusculii Meiser – situați la suprafața pielii, ce reacționează la contacte uşoare;
- corpusculii Pacine – situați mai în profunzime, ce reacționează la contacte mai puternice;

b) durere – îşi au originea în terminațiile libere ale nervilor senzoriali ai pielii. Sunt cele mai numeroase şi apar în legătură cu orice excitant puternic (presiune, arsură);

c) temperatură. Nu există receptori distincți pentru cald şi pentru rece. Corpusculii lui Kraus şi ale lui Ruffini par a avea relații şi cu senzații de presiune. Temperatura (t^0) pielii este sesizată tot de terminațiile libere ale nervilor.

Unele puncte ale pielii simt senzații de cald, altele de rece. În piele sunt mult mai mulți receptori pentru rece.

1 cm^2 – 12 puncte de senzații pentru rece;
2 puncte pentru cald.

2. S. gustative – apar datorită excitării mugurilor gustativi (2–12 celule gustative), care sunt plasați în papilele gustative de pe suprafața limbii.

Există 4 categorii de senzații gustative: dulce, amar, sărat, acru. Suprafața limbii este inegal sensibilă.

Există o mare varietate de gusturi, care se obțin din amestecul gusturilor elementare. Pentru ca o substanță să aibă gust trebuie să se dizolve în salivă sau apă, să acționeze un timp suficient asupra papilelor gustative şi să aibă o anumită concentrare. De aceea nu toate corpurile au gust.

3. S. olfactive – organul mirosului este alcătuit din mucoasa olfactivă, în care se găsesc celulele nervoase olfactive. Mirosul este provocat de particulele gazoase, emanate de către corpurile mirositoare.

Senzațiile olfactive apar când aerul, conținând asemenea particule, se mişcă pe suprafața mucoasei. Sensibilitatea mirosului este foarte mare, dar depinde de substanțele mirositoare.

Senzațiile olfactive se amestecă cu cele de durere (mirosurile usturătoare, ce irită mucoasa nazală cu cele gustative – parfumuri dulci, amărui) datorită excitației receptorilor gustativi situați pe faringe.

Clasificarea mirosurilor după Henning:

- parfumate (florile);
- eterate (fructele);
- aromatice (mărar, chiper);
- balsamice (răşinoasele, caniforul);
- empireumatice (peridina – product. chimic);
- putrede respingătoare (suflură de carbon, mirosuri râncede).

4. S. auditive – au la bază un complex analizator compus din:

- urechea externă (pavilionul urechii), care acumulează vibrațiile auditive;
- urechea medie, care le transmite la melc;
- urechea internă – partea sensibilă la sunete, alcătuită din melcul membranos, aflat în cel osos cu membrana bazilară şi fibrele senzitive.

Partea din cortex unde ajung excitațiile din ereche se află în lobii temporali. La baza excitației terminațiilor senzitive ale melcului stă principiul rezonanței.

Terminațiile nervului auditiv diferite după grosime şi lungime sunt puse în mişcare (vibrații la un anumit timp). Vibrațiile apar de la mişcările corpului, apoi ele sunt transmise spre ureche de către mediul de aer.

Se disting 3 feluri de senzații auditive:

- s. verbale;
- s. muzicale;
- zgomotele.

Analizatorul auditiv distinge 4 calități ale sunetului:

- intensitate (tare, slab);
- înățime (înalt, jos);
- tembrul;
- durata (timpul rezonanței);

Zgomotele pot:

- provoca o anumită tonalitate emoțională;
- semnala un pericol;
- împiedica evidențierea în conştiință a semnalului util.;
- pot provoca oboseala SN (sistemul nervos).

Localizarea direcției (dreapta, stânga) de unde provine sunetul, se datorează faptului că avem 2 urechi.

Poziția sursei sonore (în spate sau în față) e detectată datorită reliefului urechii (180º). Dacă astupăm pavilionul urechii cu ceară, lăsând liber numai canalul auditiv, nu vom mai putea stabili dacă sunetul vine din spate sau nu.

Importanța:

- Ne dă informații privind fenomenele foarte îndepărtate.
- Asigură comunicarea şi colaborarea între oameni.

5. S. vizuale

Receptorul luminii este ochiul – organ cu o structură foarte complexă. Undele de lumină reflectate se refractă, trecând prin cristalinul ochiului şi se focalizează pe retină sub formă de imagini, retina fiind foarte sensibilă la lumină.

În ea sunt 2 tipuri de celule fotosensibile:

- 6 mln. – celule conuri;
- 115 mln.– celule bastonaşe.

Conurile asigură vederea culorilor, sunt situate în centrul retinei şi constituie aparatul vederii diurne (alb, negru). Bastonaşele sunt situate în jurul conurilor mai aproape de marginea retinei, reflectă lumina, sunt aparate ale vederii crepusculare (lumină slabă).

Unele animale au numai conuri în retină, de aceea ele văd culorile, dar cum începe să se întunece nu mai văd nimic şi se adăpostesc. Alte animale au numai bastonaşe, nu văd culorile, dar se descurcă bine şi noaptea, la lumina slabă (câinii, bufniţele).

Oamenii au ambele posibilităţi. Există şi acromatopsia – deficienţa văzului:

1) parţială – daltonism (nu distinge verdele şi roşu);

2) totală – nu deosebesc culorile (doar alb, negru).

Calităţile luminii:

1) tonul – felul culorii în raport cu lungimea de undă;

2) luminozitatea – intensitatea radiaţiei;

3) puritatea – saturaţia în raport cu cantitatea de alb amestecată cu culoarea dominantă.

În sesizările cromatice se exprimă evident şi tonul emotiv. Influenţa emotivă a culorii e legată de sensul biologic şi psihologic (culori calde, reci):

- ***neagră*** – semnalizează primejdia, apasă, ceea ce exprimă dificultatea orientării la întuneric;
- ***verde*** – culoarea plantelor, calmează, ca semnal a ceva viu, a hranei (calmare, liniştire);
- ***azurie*** (albastru pal) – e legată de culoarea spaţiului deschis poate calma, bucura, dar poate provoca neliniştea (culoarea profunzimii, liniştii);
- ***roşie*** – provoacă excitaţia, sentimentul de nelinişte, deoarece e culoarea sângelui.

Dat fiind faptul că problematica fiecărui tip de senzaţii este mult prea abundentă, M. Zlate a sintetizat câteva categorii de informaţii privitoare la senzaţii.

Tabelul 2

Caracterizarea modalităţilor senzoriale
Prezintă caracterizarea modalităţilor senzoriale după următoarele criterii: • ***rolul*** îndeplinit în existenţa şi activitatea umană; • ***stimulii,*** ce le declanşează; • ***receptorii,*** ce asigură codarea informaţiilor; • ***proiectarea corticală*** a analizatorului specific fiecărui tip de senzaţii; • ***dimensiunile experienţei subiective****;* • principalele ***teorii*** formulate.

1.4. Legităţile fundamentale ale senzaţiilor

Se cunosc ***6 legităţi*** ale senzaţiilor:

- pragurile sensibilităţii;
- adaptarea;
- interacţiunea;
- contrastul;
- sinestezia;
- semnificaţia.

a) Pragurile sensibilităţii. Nu orice stimul provoacă o senzaţie. Un stimul foarte slab nu poate fi simţit, în timp ce acţiunea unui excitant foarte puternic conduce la dispariţia senzaţiei sau poate cauza durerea.

Senzaţiile apar la influenţa excitantului cu o anumită intensitate. Pragul sensibilităţii este caracteristica psihologică a dependenţei dintre intensitatea senzaţiei şi forţa excitantului. Se deosebesc 4 feluri de praguri:

- absolut de intensitate;
- calitativ (inferior şi superior);

– de discriminare;
– diferențial.

Pragul absolut de intensitate este cea mai mică intensitate a unei excitații capabilă să provoace o senzație. Cu cât acest prag este mai mic, cu atât sensibilitatea este mai mare. *Ex.:* Un fir de păr, căzând pe pielea noastră, nu e sesizat, dar o musculiță, o simțim. Deci greutatea insectei depășește pragul senzațiilor tactile, de contact.

Pragul calitativ

a) inferior – cea mai mică forță a excitației, la care apare o senzație abia perceptibilă;
b) superior – este cea mai mare forță a excitației, la care încă mai există o senzație.

Ex.: Două lumânări se contopesc la o distanță .

Pragul diferențial – mărimea minimă, cu care trebuie să se modifice intensitatea pentru a se percepe o diferență.

Ex.: 1) Dacă avem în mână o greutate de 1 kg şi cineva va adăuga (fără să vedem) încă 10 g, noi nu vom sesiza deosebirea. Pentru a o observa, ar fi nevoit să se adauge 33 g, deci $^{1}/_{30}$ din mărimea inițială.

2) Încălțăm în loc de pantofi cizmele.

b) Adaptarea – este acomodarea sensibilității la un excitant, ce acționează permanent; acomodare ce se manifestă prin coborârea sau ridicarea pragurilor. Când stimulii sunt puternici, sensibilitatea scade, când sunt slabi – creşte.

Ex.: Când intrăm în apă rece, treptat ne acomodăm. Gradul adaptării sistemelor de analizatori este diferit:

– gradul înalt de adaptare – s. tactile, de lumină;
– gradul mediu de adaptare – s. auditive, s. de durere (la durere nu ne adaptăm).

La analizatorul vizual se distinge: adaptare la întuneric;
lumină.

Într-un întuneric absolut pupila creşte de 17 ori, iar după o oră sensibilitatea vizuală sporeşte de 2000 ori, datorită intrării în funcțiune a celulelor cu bastonaşe. Descreşte sensibilitatea, când trecem de la obscuritate la lumină, se produce mult mai repede.

Asupra sporirii sensibilității vizuale influențează:

– schimbările în receptori;
– mărimea orificiului pupilei;
– intensificarea muncii bastonaşelor;
– munca reflex-condiționată a mecanismelor centrale ale analizatorilor.

Adaptarea la întuneric e legată de sporirea sensibilității la întuneric.

c) Interacțiunea senzațiilor este schimbarea sensibilității unui sistem de analizatori sub influența activității altui sistem de analizatori.

Astfel, sensibilitatea unui organ senzorial se modifică nu numai datorită unei stimulări specifice lui, ci şi prin excitarea altui organ senzorial, fenomen, ce demonstrează existența unei interacțiuni între diverşi stimuli. Această modificare se explică prin legăturile corticale între analizatori, prin legea inducției concomitente.

Legitatea generală a interacțiunii senzațiilor: excitanții slabi într-un sistem de analizatori măresc sensibilitatea altui sistem, cei puternici o micşorează. Lazarev a demonstrat că sunetul constant al unui diapazon este auzit mai tare, când simultan se aprinde o lumină şi mai slab, când ea se stinge.

Senzațiile gustative slabe măresc sensibilitatea vizuală. Sporirea sensibilității, ca rezultat al interacțiunii analizatorilor, precum şi în urma exersărilor sistematice se numeşte sensibilizare.

Ex.: Când ne ştergem fața, gâtul cu apă rece (se produce o excitare a simțului termic). Când mestecăm tablete dulci-acrii (stim.gustativ).

d) Contrastul senzațiilor este schimbarea intensității şi calității sub influența excitantului anterior sau concomitent. La acțiunea concomitentă a 2 excitanți apare contrastul ***sincronic.*** Un astfel de contrast se observă în senzații vizuale.

Ex.: Verdele pe roşu – pare şi mai verde;

Verde pe alb – aceeaşi intensitate;

O bilă cafenie pe negru – pare a fi mai mică.

Contrastul consecutiv este atunci când după un excitant rece acţionează altul uşor – cald, dar care pare a fi fierbinte. Senzaţiile de acru sporesc senzaţiile de dulce.

e) Sinestezia este excitarea de către senzaţiile de aceeaşi modalitate a senzaţiilor de altă modalitate. Deci, în acelaşi timp un stimul, ce acţionează asupra unui receptor, poate produce şi senzaţii caracteristice unui alt analizator (acţionarea tº conduce la apariţia senzaţiei vizuale).

Sinestezia poate fi interpretată ca un caz particular al interacţiunii senzaţiilor, care se manifestă nu numai în schimbarea nivelului de sensibilitate, ci şi în intensificarea senzaţiilor, modalităţii date, prin coexcitarea senzaţiilor, altor modalităţi.

Ex.: Vorbim de voci ascuţite, voci catifelate, reci.

f) Semnificaţia este un stimul semnificativ pentru subiect sesizat mai uşor şi mai repede dintre un şir de alţi stimuli cu intensitate mai mare, chiar dacă are intensitate mică.

Tema 2. PERCEPŢIA

2.1. Definirea şi caracteristica generală a percepţiei

Omul trăieşte într-o lume diversă de obiecte şi fenomene, care există în spaţiu şi se desfăşoară în timp. Pentru a stabili relaţii informaţionale cu ele şi a se adapta lor, el dispune de capacităţi perceptive, cu mult mai complexe decât ale animalelor.

Omul matur nu are senzaţii pure. Orice senzaţie evocă altele, plus experienţa anterioară ajungând la percepţie.

Percepţia este o formă superioară a cunoaşterii senzoriale. Spre deosebire de senzaţie, care reproduce în subiectivitatea individului însuşirile simple ale obiectivelor şi fenomenelor, percepţia asigură *conştiinţa unităţii şi integralităţii obiectului.* Dat fiind faptul că în jurul nostru nu se află însuşiri separate, ci obiecte materiale ca întregimi specifice, percepţia reproduce obiectul, atât în elementele lui componente, cât şi în integralitatea lui individuală.

Percepţia constă în cunoaşterea obiectelor şi fenomenelor în totalitatea însuşirilor lor, atunci când ele influenţează nemijlocit asupra organelor de simţ. Drept rezultat al senzaţiilor, omul capătă cunoştinţe despre însuşirile *izolate* ale obiectelor, atunci percepţia oferă o imagine integră a obiectului. Percepţia nu este posibilă fără capacităţi senzoriale, dar nu se reduce la o simplă sumă de senzaţii.

Percepţiile sunt procese senzoriale complexe şi, totodată, imagini primare, conţinând totalitatea informaţiilor despre însuşirile concrete ale obiectelor şi fenomenelor în condiţiile acţiunii directe a acestora asupra analizatorilor.

Percepţia este un proces psihic cognitiv (de cunoaştere), care constă în reflectarea obiectelor şi fenomenelor în integritatea calităţilor lor în momentul acţiunii asupra organelor de simţ.

Această interacţiune directă cu obiectul dă imaginii perceptive caracteristica de a fi obiectuală, deci de a fi întotdeauna imaginea unui obiect anume, pe care îl reflectă unitar, cu toate proprietăţile lui şi în configuraţia reală a acestora.

Percepţia este considerată a fi o imagine primară, pentru că apare numai în relaţia directă cu obiectul. Dacă relaţia este optimă, percepţia este clară şi precisă, dacă legătura este tulburată de distanţa prea mare, de intensitatea slabă a stimulărilor, percepţia este neclară şi imprecisă. Durata percepţiei corespunde duratei acţiunii stimulului, a prezenţei acestuia. Dacă se prelungeşte după dispariţia obiectului, înseamnă ieşirea din normalitatea vieţii psihice.

Imaginea perceptivă este *bogată în conţinuturi.* Ea cuprinde atât însuşirile semnificative, cât şi cele mai puţin importante. Percepţia unui anumit obiect este concomitentă cu cea a elementelor, care îl înconjoară şi cu care se află într-un anumit spaţiu şi timp. Imaginea obiectului şi a contextului în care el se află conduce la desfăşurarea mişcărilor şi reglează traiectoria, amptitudinea, succesiunea, ritmicitatea şi coordonarea acestora.

Percepția ocupă *locul central* în cadrul mecanismenlor psihice informațional-operaționale de prelucrare primară a informațiilor şi aceasta deoarece senzații în stare pură nu prea există (poate doar în primele zile ale existenței sau în cazurile patologice), iar reprezentările, care urmează în ordine ontogenetică după ele, nu sunt decât tot percepții trecute, reactualizate şi refolosite în funcție de necesitățile prezentului. La fel de importante sunt percepțiile şi pentru mecanismele psihice informațional-operaționale de prelucrare secundă a informațiilor. Gândirea, memoria, imaginația sunt greu de conceput în afara percepției. Este aproape imposibil să desfăşurăm o activitate psihică oricât de simplă ar fi ea (jocul) sau oricât de complexă (învățarea, munca, creația) fără suportul perceptiv.

Percepția are la bază 2 operații:

– *analiza,* constă în dezmembrarea obiectului în părți componente;

– *sinteza,* constă în îmbinarea părților dezmembrate într-un tot întreg, primară fiind sinteza.

Datorită analizei şi sintezei percepția se aseamănă mai mult cu gândirea decât cu senzațiile, deoarece procesul de gândire de asemenea începe de la analiză şi sinteză.

Ca şi senzațiile, *percepția* este numită activitate cognitivă. Pe bună dreptate se consideră că: *„activitățile perceptive stau la baza tuturor comportamentelor. Fără percepție prealabilă nu va fi posibil să înveți, să vorbeşti, să memorizezi, să comunici [...]. Percepția permite să luăm cunoştință de mediu şi de interacțiune cu el sau să acționăm asupra lui"* (Steri, 1998).

Autoarea citată merge şi mai departe, afirmând că „percepția este punctul de plecare al oricărei activități umane, inclusiv al construcției unei civilizații".

În cadrul percepției sunt mult mai vizibile elementele componente specifice oricărei activități. În activitatea perceptivă se evidențiază:

- subiectul – cel, care face activitatea;
- obiectul – ceea ce este perceput.

În cadrul percepției poate fi evidențiat scopul, dacă percepția este voluntară – orientată de către subiect. Acțiunile numite perceptive asigură căutarea şi evidențierea obiectului din fundal, analiza lui minuțioasă.

Fără de acțiuni perceptive nu poate exista activitatea perceptivă (ochiul nemişcat nu vede). În procesul percepției analizatorul efectuează în mod obligatoriu acțiuni perceptive.

Trebuința are rădăcini înnăscute, omul se naşte nu numai cu capacitatea de a avea senzații, dar şi cu trebuința de a mai avea noi impresii. Pe parcursul întregii vieți trebuința, numită cognitivă, nu se stinge, nu dispare.

Motiv în activitatea perceptivă devin calitățile obiectului şi îndeosebi acelea, care îi satisfac omului trebuința.

Interesele influențează puternic selecția perceptivă. Există tendința de a vedea ceea ce ne convine şi de a remarca mult mai greu ceea ce contrazice aspirațiilor noastre.

Rezultatul activității perceptive este imaginea obiectului sau fenomenului, ca un produs psihic, care apare în urma transformării obiectului material într-o imagine psihică.

Într-un proces perceptiv, care se află în desfăşurare, sunt integrate întotdeauna elemente de experiență anterioară a subiectului cu categoria receptivă de obiecte. Aceasta cuprinde, cel mai adesea, o schemă perceptivă a cărei reactualizare şi implicare determină o mare operativitate şi rapidă organizare a percepției actuale.

2.2. Bazele fiziologice ale percepției

Baza fiziologică a percepției o constituie activitatea complexă a sistemelor de analizatori.

Analiza primară, care se efectuează în receptori, se completează cu activitatea analitico-sintetică complexă a verigilor cerebrale ale analizatorului.

La baza percepției stau ***reflexele condiționate*** şi ***legăturile nervoase temporale***, care se formează în scoarța emisferelor mari, când acționează direct diferiți stimulenți.

În nucleele sectoarelor corticale se efectuează analiza şi sinteza informației survenite din exterior. Percepția oricărui obiect nou are loc pe baza experienței, cunoştințelor, pe care le

posedă omul. De aceea în procesul perceptiv are loc înviorarea unor legături temporale elaborate anterior.

Ca urmare, se formează ***procese nervoase integrativ-complexe,*** în care excitaţia apare de la excitaţii complexe, ce acţionează şi dinamizează legăturile nervoase temporare elaborate în trecut.

Pavlov menţionează că baza fiziologică a percepţiei este ***reflexul de relaţii***; el de asemenea susţine că la perceperea anumitor fenomene au însemnătate nu atât excitanţii, cât semnalizatorul şi relaţiile dintre ei. Cel de-al II-lea sistem de semnalizare (cuvântul) contribuie la ***conştientizarea şi înţelegerea*** obiectelor reflectate şi reglează procesul imaginii perceptive.

Din punct de vedere psihologic, reflectarea unor obiecte depinde de: orientarea percepţiei (interese, autoaprecieri, autoconvingeri) motivaţie, necesităţi, starea sufletească, vârsta, predispoziţiile native, condiţiile social-economice.

2.3 Clasificarea percepţiilor. Criterii de clasificare

I. După activitatea analizatorului:

1) externe → distanţă (P.vizuală, auditivă, olfactivă)
→ de contact (P. tactile, gustative)

2) chinestezice → de echilibru
→ de mişcare

II. După prezenţa sau absenţa scopului şi a efortului volitiv:

1) voluntară, care mai este numită observaţie, având un caracter dirijat, conştient planificat şi prin rezultatul obţinut.

2) involuntară.

III. După formele de existenţă a materiei:

1) Percepţia timpului → obiectivă
→ subiectivă

Percepţia timpului obiectiv are la bază nişte etaloane stabile de către omenire:

I. secol	V. zi
II. an	VI. oră
III. lună	VII. minută
IV. săptămână	XIII. secundă....

În percepţia timpului, omul foloseşte 3 sisteme de referinţă:

a) *sistemul fizic,* reprezentat de repetarea fenomenelor naturale (zi, noapte, anotimp);

b) *sistemul biologic,* ce constă din ritmicitatea funcţiilor organismului (starea de veghe şi somn);

c) *sistemul socio-cultural* (activitatea umană amplasată în istorie).

2) Percepţia spaţiului include următoarele proprietăţi: forma, mărimea, distanţa, direcţia, relieful, ele fiind semnalizate prin mecanisme perceptive foarte complexe şi relativ distincte.

a) *Percepţia formei* se realizează atât pe cale vizuală, cât şi tactilo-chinestezică. Între cele două modalităţi perceptive se stabilesc relaţii de întărire, control şi confirmare reciprocă. Văzul are o funcţie integratoare, deoarece prin specificul recepţiei vizuale pe retină se proiectează cu punct forma obiectului. *Fondul* în percepţie este multitudinea obiectelor, fenomenelor, din care percepem doar unul – obiectul percepţiei. Fondul şi obiectul ei dinamic. Obiectul face parte din fond. Obiectul trece în fond, când e inutil sau îşi termină activitatea. Dinamismul corelării dintre obiect şi fond se explică prin comutarea atenţiei de la un stimul la altul.

b) Pentru *perceperea mărimii* obiectelor sunt importante mai multe componente: imaginea retiniană, chinestezică oculară, experienţa tactilo-chinestezică. Două obiecte, care au aceeaşi formă, dar mărimi diferite, vor determina diferenţe în explorarea conţinuturilor lor în funcţie de mărimea pe care o au.

c) *Tridimensionalitatea* sau *relieful obiectelor* este reflectat în percepție prin corelarea următoarelor componente: disparitatea (lipsit de legătură, de armonie) imaginilor retiniene, gradul de iluminare a suprafețelor diferit orientate spre sursa de lumină, față de cele îndepărtate (fețele obiectului), la care se asociază experiența perceptivă tactilo-chinestezică.

d) *Perceperea poziției* obiectelor într-un spațiu dat şi a unora față de altele necesită repere de tipul: sus, jos, la dreapta, la stânga, în față, în spate.

e) În *perceperea distanțelor mari* intervin mai mulți factori, şi anume: mărimea imaginii retiniene, care este semnificativ micşorată la distanțe mari, ea ne mai fiind compensată; prezența detaliilor de structură la obiectele apropiate şi lipsa lor la cele îndepărtate; existența unor obiecte interpuse şi care devin un fel de repere pentru evaluarea distanței până la cel îndepărtat etc.

3) Percepția mişcării se referă, de fapt, la obiectele în mişcare şi nu la mişcarea în sine. Un obiect, care se mişcă, îşi schimbă poziția față de altele, care rămân fixe şi devin repere şi jalonează traiectoria sa de mişcare. Se produc, astfel, mai multe mecanisme: imaginea retiniană şi persistența excitației datorită urmăririi obiectului prin mişcările capului şi globurilor oculari etc. Persistența imaginii retiniene (postefectul) are o foarte mare importanță în crearea impresiei de continuitate.

În aprecierea mişcării sunt foarte importante reperele. Dacă ele lipsesc, pot apărea iluzii ale mişcării. Este cunoscută iluzia plecării trenului în care ne aflăm, când de fapt pleacă cel de lângă el.

2.4. Însuşirile (legile) generale ale percepției

Superioritatea şi complexitatea percepției față de senzații se manifestă evident prin însuşirile de bază ale percepției, enumerate şi caracterizate în continare.

1. *Integritatea,* este o însuşire obligatorie, care completează structuralețea; dereglarea acestei însuşiri conduce la dereglarea întregului proces perceptiv şi a funcției principale a percepției – *de a reda obiectul în integritate.*

S-a constatat că integritatea este asigurată de anumiți centri corticali – lezarea acestora conduce la pierderea acestei însuşiri a percepției.

2. Structuralețea, la baza ei stă procesul de analiză, ea asigură în cazul percepției evidențierea elementelor componente ale obiectului.

Însuşirile obiectului nu au aceeaşi intensitate şi nu comunică aceeaşi cantitate de informație. De aceea, cele relevante ocupă în structura imaginii, primul plan, în timp ce toate celelalte trec pe un plan secund. Astfel, imaginea perceptivă este organizată ierarhic, iar exploatarea operativă a unui obiect se face având mai ales în vedere punctele de maximă concentrare informațională.

3. Obiectualitatea, această însuşire îi asigură omului evidențierea obiectului din fondal (gestalt).

4. Subiectivitatea – Obiectivitatea. Psihicul reflectă subiectiv lumea obiectivă. Această teză se referă şi la percepție, deci fiecare om, fiind un subiect irepetabil, având trebuințele sale specifice, percepe lumea subiectiv. Aceasta însă nu înseamnă că el n-o percepe şi obiectiv. Omul percepe obiectiv lumea, subiectivitatea manifestându-se doar în atitudinea subiectivă față de ceea ce percepe.

5. Constanța, este o însuşire dobândită a percepției; ea se formează pe parcursul vieții ca rezultat al experienței perceptive.

6. Caracterul conştient. Orice obiect perceput şi înțeles este neapărat nominalizat şi repartizat la o anumită grupă, clasă de obiecte. Dacă subiectul percepe obiectul, care îi este necunoscut şi nu-l poate nominaliza, actul de cunoaştere se consideră nefinisat. Trebuința cognitivă, curiozitatea îl impune să-şi adreseze întrebarea: „Ce este aceasta?”

7. Selectivitatea. Se manifestă prin faptul că omul percepe nu totul deopotrivă. Unele obiecte, ce devin motive mai importante, îi asigură selecția obiectelor din anturaj. Selectivitatea în percepție este dependentă de o serie de factori, cum ar fi: interesul pentru un lucru sau o

persoană; *conturarea specială* a unui element ajută la rapida lui diferenţiere dintr-o imagine complexă; *contrastul cromatic* al elementului căutat faţă de fond grăbeşte perceperea lui etc.

8. În cadrul percepţiei sociale, când obiect al percepţiei devine alt om (alt subiect), mai poate fi evidenţiată o însuşire a percepţiei – ***subiectualitatea.***

Graţie acestor însuşiri, percepţia are o funcţie mult mai complexă decât senzaţiile. Senzaţiile îi asigură omului doar reacţia la stimul (de ocrotire, apărare); funcţiile percepţiei rezultă din redarea integră a obiectelor, formarea imaginilor. Anume imaginea asigură nu numai reacţia omului, dar şi dirijarea acţiunilor.

În desfăşurarea reală a procesului perceptiv, toate aceste legi funcţionează în corelare şi se exprimă în calitatea imaginii perceptive: intuitivă, bogată, complexă, directă, relaţionată cu contextul, desfăşurată în prezenţa obiectului, semnificativă.

2.5. Observarea şi spiritul de observaţie

Relaţia foarte strânsă cu activitatea, limbajul şi gândirea explică trecerea de la formele simple, spontane, superficiale ale percepţiei la cele complexe şi la observaţie.

Observarea – activitatea perceptivă intenţionată, *orientată spre un scop*, reglată prin cunoştinţe generale, organizată şi condusă sistematic, conştient şi voluntar.

Scopul dă o anumită semnificaţie acestor elemente şi aceasta stimulează concentrarea activităţii perceptive şi activitatea mecanismelor discriminative.

Observaţia se realizează, de obicei, asupra unor obiecte şi fenomene complexe, ceea ce presupune că explorarea perceptivă este derulată în timp, prezintă anumite faze şi este necesar un plan de desfăşurare.

În activitatea observativă, un rol deosebit îl au mecanismele verbale:

– prin intermediul limbajului se stabilesc scopul observaţiei şi planul desfăşurării acesteia;

– prin indicatori verbali propuşi subiectului sau elaboraţi de către el se explorează, activ, câmpul perceptiv, scoţându-se în evidenţă însuşirile mai slabe din punct de vedere fizic, dar mai importante din punct de vedere al scopului urmărit;

– prin cuvânt, sunt actualizate acele cunoştinţe, care vor fi integrate actelor observative;

– cuvântul fixează rezultatele parţiale şi finale ale observaţiei;

– simbolurile verbale fac posibilă generalizarea schemelor logice ale activităţilor perceptive.

Diferenţa dintre percepţia spontană şi observaţie se reflectă şi în expresii diferite. Pentru *percepţia* spontană se folosesc verbe: a vedea, a auzi, a simţi un miros, a simţi o atingere etc. Pentru *observaţie*: a privi, a asculta, a mirosi, a palpa.

Observaţia mai presupune şi *o pregătire prealabilă* a observatorului, prezenţa la el a anumitor abilităţi, cunoştinţe, posedarea metodicii.

Este util a însoţi observarea cu notiţe, adunarea materialelor documentale, care mai apoi se supun unei analize minuţioase. *Observaţia* presupune abilitatea omului de a surprinde legităţile şi raporturile dintre obiectele analizate, asigurând astfel baza pentru activitatea analitico-sintetică a gândirii.

Pe baza organizării anterioare a activităţii de observare, a exersării şi antrenării ei se dezvoltă ***spiritul de observaţie*** – definit ca *aptitudinea de a sesiza cu uşurinţă, rapiditate şi precizie ceea ce este slab ascuns, nerelevant, dar semnificativ pentru scopurile omului.*

Legătura reciprocă dintre observaţie şi spiritul de observaţie o reflectă pe cea dintre procesele psihice şi particularităţile personalităţii. Cultivarea observaţiei ca activitate psihică independentă şi ca metodă de cunoaştere a realităţii constituie baza dezvoltării spiritului de observaţie – ca însuşire a personalităţii. (Observarea – fenomen de cunoaştere, iar spiritul de observaţie – se analizează ca o însuşire a personalităţii). Astfel observarea din manifestare instabilă trece în una din însuşirile stabile, conştiente a personalităţii.

Omul cu spirit de observare vede mai multe, înţelege mai temeinic, deoarece percepe semnele puţin vizibile, dar esenţiale ale observaţiilor.

Tema 3. REPREZENTAREA

3.1. Reprezentarea ca proces şi imagine mintală

Sistemul cognitiv al individului a evoluat permanent. Dacă la un moment dat el şi-a elaborat o serie de mecanisme capabile a face faţă solicitărilor adresate organismului în condiţii favorabile, cu timpul, el a fost nevoit să-şi elaboreze şi să-şi perfecţioneze unele mecanisme, care să-i permită realizarea funcţiilor psihice şi în condiţii nefavorabile.

Sistemul cognitiv al individului, după cum demonstrează Shepard (1984), a evoluat astfel încât să poată face faţă nu doar situaţiilor prezente, celor care se petrec *„aici”* şi *„acum”,* dar şi celor absente, deci acelor situaţii în care informaţia senzorială nu este însă prezentată sau nici n-a fost prezentată.

Aşadar, omul trebuia să-şi elaboreze o nouă capacitate, care să-i permită accesul la informaţiile datului (prezentate) imediat stocat, la relaţiile dintre el şi mediul înconjurător. Informaţia elaborată ad-hoc avea o mare importanţă în activitatea adaptivă, ea era însă limitată din perspectiva solicitărilor mai complexe.

Realitatea şi acţiunea ei asupra organismului trebuiau reexaminate nu doar într-o formă adecvată, ci într-una avantajoasă, operativă, productivă. Un asemenea fapt angajează noi capacităţi cognitive, care le depăşesc pe cele perceptive. Este vorba despre *capacitatea organismului de a avea o experienţă psihică în lipsa contactului actual cu obiectul*. Noul mecanism psihic, care permite *reflectarea şi cunoaşterea obiectului în absenţa lui, dar cu condiţia ca acesta să fi acţionat cândva asupra organelor de simţ, poartă denumirea de reprezentare.*

Creierul uman dispune de mecanisme prin care se pot evoca realităţi, ce nu mai sunt prezente, deci este capabil de reprezentare.

Reprezentarea se defineşte ca proces *cognitiv-senzorial de semnalizare în forma unor imagini unitare, dar schematice a însuşirilor concrete şi caracteristice ale obiectelor şi fenomenelor în absenţa acţiunii directe a acestora asupra analizatorilor.*

Reprezentarea *este o imagine schematică, o închipuire despre obiectul perceput anterior, dar care în momentul de faţă nu acţionează asupra organelor de simţ.*

Imaginea, în reprezentare, păstrează o mare asemănare cu cea perceptivă prin faptul că ea cuprinde însuşiri intuitive, figurative, dar aceasta nu este o simplă urmă a percepţiei, ci un proces psihic mai complex, în desfăşurarea căruia se implică şi operaţiile intelectuale.

Formele mai complexe ale reprezentărilor apar numai atunci când şi operaţiile mentale ating un anumit nivel de dezvoltare. Totuşi, reprezentările nu derivă automat din gândire.

În acelaşi timp, imaginea reprezentării este *secundară* în raport cu cea perceptivă, ea apărând pe baza percepţiei. Din punct de vedere al valorii pentru cunoaştere, reprezentarea este mai importantă. Bogăţia experienţei perceptive este numai o condiţie pentru dezvoltarea reprezentărilor. Procesul reprezentării este puternic influenţat de acţiunile practice ale subiectului cu obiectele, în cadrul cărora se realizează selecţia unor însuşiri şi estomparea altora.

O altă condiţie cu caracter de lege în formarea reprezentărilor este funcţia reglatoare a cuvântului, manifestată astfel:

1) cuvântul evocă reprezentarea deja formată şi cerută de sarcini cognitive şi practice;
2) dirijează construirea unor imagini mai bogate sau mai schematice, mai fidele obiectului reprezentat sau mai îndepărtate;
3) asigură înlănţuirea şi organizarea unei serii întregi de imagini;
4) este instrument de organizare şi transformare a imaginilor;
5) prin cuvânt, reprezentările sunt integrate cu procesele de gândire şi imaginaţie.

Reprezentarea apare în două situaţii: atunci când un obiect sau un ansamblu de obiecte se găsesc reexprimate sub forma unui nou obiect sau a unui nou ansamblu de obiecte şi atunci când este realizată o corespondenţă între obiectul de la care s-a pornit şi imaginea rezultată, aceasta

din urmă conservând în ea anumite relaţii existente în obiectul iniţial. De aici derivă cel puţin două concluzii.

Prima: reprezentarea *nu este o simplă reproducere* a obiectului, dimpotrivă, ea angajează o anumită *transformare* a obiectului, de la care s-a pornit.

A doua: transformarea obiectului *nu este radicală*, în reprezentare *perseverând structura de informaţii din obiectul reprezentat.*

Dacă transformarea ar fi radicală, atunci ar fi vorba nu de reprezentarea obiectului, ci de imaginarea sau crearea lui.

Reprezentarea implică interiorizarea experienţei perceptive la un nivel superior, chiar abstract. Ea nu este o simplă reproducere a unei experienţe perceptive particulare în absenţa stimulului corespunzător.

Ceea ce se interiorizează sunt constrângerile, care, într-un spaţiu tridimensional, guvernează proiecţiile şi transformările posibile ale unui obiect.

3.2. Mecanismele psihologice ale reprezentării

Multă vreme reprezentarea a fost considerată un potenţial, indivizibil al conştiinţei, o creaţie pur subiectivă a individului. Reprezentarea este determinată de realitatea înconjurătoare. Spre deosebire de percepţie, al cărei conţinut informaţional îl constituie însuşirile concrete, dar exterioare, fenomenale, accidentale ale obiectelor şi fenomenelor, conţinutul informaţional al reprezentării este format tot din însuşirile concrete ale obiectelor, însă mai importante, mai reprezentative pentru obiect. Reprezentarea are drept conţinut informaţional ***caracteristica concretă a obiectului***. Specificul acestui conţinut poate fi pus în evidenţă, apelând şi la argumente din domeniul filosofiei. Încercând să stabilească relaţia dintre esenţă şi fenomen, filosofia afirmă că „esenţa se fenomenalizează," se „proiectează în fenomen." Aceasta permite ca, odată cu surprinderea fenomenului, să se surprindă *implicit* şi esenţa obiectului. De aceea, am putea considera că reprezentarea reflectă *fenomenul îmbibat de esenţă.*

Mecanismele, prin intermediul cărora se produc reprezentările, sunt:

1. Prin natura lor, reprezentările nu sunt simple copii ale percepţiilor din trecut, reproduceri pasive ale acestora, ci rezultatul unor *prelucrări* şi *sistematizări*, al unor *combinări* şi chiar *recombinări* ale însuşirilor senzoriale, fapt care permite reţinerea şi amplificarea unor însuşiri, estomparea şi eliminarea altora.

Psihologia cognitivă consideră reprezentările drept *modele interiorizate ale lumii*, utilizate ca *surse de informare şi instrumente de reglare şi planificare a conduitelor.*

2. Un alt mecanism îl constituie *selecţia* însuşirilor obiectelor. Aceasta nu se face întâmplător, ci reflectă semnificaţia acordată de subiect însuşirilor respective sau semnificaţia obiectivă, pe care ele o au în raport cu practica socială. Reprezentarea relevă din obiecte, mai ales din însuşirile lor funcţionale, în care este înglobată experienţa socio-istorică a oamenilor.

3. Mecanismul esenţial, care asigură declanşarea şi formarea reprezentărilor, este cuvântul. El asigură structurarea lăuntrică a elementelor reprezentării; organizează reprezentările în sisteme, le fixează în conştiinţa individului, contribuie la creşterea caracterului lor generalizat, ceea ce permite ca reprezentarea să fie purtătoarea unui sens.

4. Mecanismele, la care ne-am referit (prelucrarea percepţiilor anterioare, selecţia însuşirilor, cuvântul), nu funcţionează în vid, ci în consens cu activitatea individului uman. Cu cât omul acţionează mai mult cu obiectele, cu atât acestea sunt mai pregnant raportate la necesităţile lui şi, ca urmare, posibilitatea formării unor reprezentări clare, corecte, intens creşte. Acţiunea este cea, care *fixează* şi *face posibilă evocarea* reprezentărilor. Acţiunea determină ***o condensare congruentă a informaţiei,*** fapt asemănător unei generalizări intuitive, prin construcţiile sale mintale, subiectul putându-se apropia de toate situaţiile analoage posibile, depăşind astfel situaţiile singulare. Tocmai de aceea acţiunea a fost numită „*mediul de incubaţie al reprezentării*".

5. Mecanismele reprezentărilor se diferenţiază între ele în funcţie de *sursa lor generatoare***.** Unele imagini din reprezentări sunt generate de realitate, altele de memoria de lungă durată, unde au fost stocate.

3.3. Clasificarea reprezentărilor

Omul dispune de o mare varietate de reprezentări. Clasificarea lor s-a făcut după mai multe criterii, cel mai des folosite fiind:

a) după analizatorul dominant în producerea lor:

1. Reprezentările vizuale – sunt cele mai numeroase în experienţa fiecărei persoane. Ele exprimă cel mai bine multe din calităţile generale ale reprezentărilor. Reprezentarea vizuală este detaşată de fond şi proiectată pe un ecran intern uniform, este degajată de detalii cromatice, culorile reducându-se la cele fundamentale. Reprezentarea vizuală este mai ales bidimensională. Cea tridimensională, a corpurilor, este mai greu de realizat, necesitând o dotare mai specială şi un exerciţiu mai îndelungat.

Reprezentările vizuale sunt prezente în foarte multe activităţi ale omului, dar au o dezvoltare deosebită la pictori, arhitecţi şi la inginerii proiectanţi. Însuşirea diferitor discipline şcolare necesită dezvoltarea reprezentărilor specifice pentru acestea, aşa cum sunt reprezentările geografice, geometrice, tehnice, etc.

2. Reprezentările auditive – reproduc atât zgomotele, cât şi sunetele muzicale şi verbale singulare, mai ales structurile melodice sau verbale. O melodie este reprezentată sub aspectul ritmului, al variaţiei de intonaţie sau al vârfurilor de înălţime. Reprezentările verbale se referă la ritmuri, intensităţi, particularităţi fonetice. Sunt deosebit de utile în procesul însuşirii limbilor străine, întrucât modelul pronunţiei sau al accentuării, păstrat în reprezentare, reglează vorbirea în curs de desfăşurare. Cele melodice au un rol asemănător în munca dirijorilor şi compozitorilor.

3. Reprezentările chinestezice constau în imagini mentale ale propriilor mişcări. Pe aceasta se bazează realizarea antrenamentelor ideomotorii, care presupun doar repartizarea mişcărilor. Rezultate importante s-au obţinut pe această cale în activitatea sportivă.

b) după gradul de generalizare distingem reprezentări individuale şi reprezentări generale:

1. Reprezentările individuale – sunt ale acelor obiecte, fiinţe, fenomene deosebit de semnificative pentru o persoană. Fiecare păstrează în minte reprezentarea părinţilor, a casei părinteşti, a şcolii, etc. Ceva ce este de un deosebit interes sau produce o puternică emoţie poate fi întâlnit doar o singură dată, iar reprezentarea se formează rapid şi este uşor de evocat. În linii generale, această categorie de reprezentări cuprinde multe detalii, iar însuşirile caracteristice nu se detaşează prea uşor şi evident.

2. Reprezentările generale – cuprind în structura lor, mai ales însuşirile comune pentru o întreagă clasă de obiecte şi pe baza acestora orice nou exemplar poate fi recunoscut ca aparţinând aceluiaşi grup. Gradul de generalitate poate fi diferit. Unele reprezentări, cum sunt cele geometrice, ating cel mai înalt grad de generalitate şi sunt foarte aproape de concept. Ele au cea mai mare importanţă în formarea conceptelor.

c) după nivelul operaţiilor implicate în geneza lor: reproductive şi anticipative. Cercetările asupra acestor categorii de reprezentări au fost făcute de J. Piaget şi colaboratorii săi.

1. Imaginile reproductive evocă obiectele sau fenomenele percepute anterior. Aceste evocări pot fi foarte simple, cum sunt cele denumite *statice* – care reflectă obiectul în mişcare, aşa cum se vede o bilă aşezată pe suprafaţa unei mese. Cele, care refletă mişcarea, au fost numite *cinetice* – exemplu: rostogolirea mingei. Dacă reflectă schimbările, pe care le-a suferit obiectul, se numesc de *transformare*. Imaginile reproductive cinetice şi de transformare sunt posibile începând cu vârsta de 7–8 ani.

2. Imaginile anticipative – sunt mult mai comlexe. Ele se referă la mişcări sau schimbări, care încă nu au fost percepute. Sunt rezultatul intervenţiei operaţiilor gândirii şi

procedeelor imaginației. Sunt, la rândul lor, *cinetice* şi *de transformare.* Apar, de asemenea, mai târziu, deci în jurul vârstei de 7–8 ani. Sunt deosebit de importante în activitatea mintală.

Alte criterii folosite în clasificarea reprezentărilor sunt:

– tipul de activitate, în care se integrează (reprezentări literare, istorice, geografice etc);

– procesul psihic mai complex, în care integrează (reprezentări ale memoriei, reprezentări ale imaginației);

– după prezența sau absența intenției şi a efortului voluntar (reprezentări involuntare, reprezentări voluntare).

3.4. Proprietățile (calitățile) reprezentărilor

Cele mai importante proprietăți generale ale reprezentărilor sunt: *figurativitatea, operativitatea, panoramizarea.*

1. Figurativitatea

Reprezentările redau ceea ce este *tipic pentru un obiect, caracteristicile cu cea mai mare încurcătură* şi *saturație informațională.* Ele se eliberează de anumite elemente particulare ale obiectelor, devenind un fel de *portret rezumativ* al acestora şi chiar al unei clase întregi de obiecte. Imaginea obiectelor devine reprezentativă pentru ceea ce acestea au comun în structura lor concretă. Oricât de accentuată ar fi însă schematizarea şi generalizarea, coerența şi congruiența obiectului individual se păstrează. În timp ce ideea gravitează spre abstract, reprezentarea rămâne cantonată (se limitează) în configurațiile obiectuale. Această proprietate este atât de pregnantă, încât se caută a fi identificată şi în cazul reprezentării unor stimuli cu un grad mare de abstractizare, cum ar fi, de exemplu, numerele. Interesul pentru numere rezidă în simplitatea lor, în cadrul limitat al lexicului folosit în denumirea lor, în absența ambiguității semantice. Tocmai de aceea ele constituie un câmp priveligiat pentru a pune în evidență elaborarea modelelor reprezentărilor mintale.

2. Operativitatea

Această proprietate este surprinsă cel mai bine de Piaget, care defineşte reprezentarea ca o *„reconstrucție operatorie”.* În realizarea ei sunt implicate mecanisme de asociere prin asemănare şi contiguitate (care asigură reducerea necunoscutului la cunoscut), mecanisme de contrast (ce permit relevarea, trecerea în prim-plan a unor însuşiri ale obiectelor). Prezente sunt şi motricitatea şi mai ales ideomotricitatea (care facilitează reproducerea mişcărilor şi transformărilor, ca şi a rezultatelor lor). În virtutea acestei proprietăți, reprezentarea dă posibilitatea *simultaniezării succesivului* (prin prescurtări şi comprimări), dar şi a *transformării simultanității într-o succesiune coerentă* (prin redevelopări într-o cinematică imagistică). De exemplu, un dirijor îşi poate reprezenta în câteva minute (2–3) o simfonie, care de fapt durează circa o oră. Un scriitor, care are în minte structura integrală a unui roman, şi-o poate reprezenta în scene, secvențe, capitole, ce se derulează unele după altele într-o anumită succesiune. Este ca şi când pe ecranul minții ar avea loc o proiecție cu încetinitorul. Operativitatea reprezentărilor nu se poate realiza decât în prezența operațiilor intelectuale şi a limbajului exterior.

Aşadar, caracterul operatoriu al reprezentărilor asigură trecerea reprezentărilor într-un stadiu superior al evoluției lor, conducând la cunoaşterea dincolo de ceea ce ar fi, la un moment dat, aparență înşelătoare.

3. Panoramizarea

B.F. Lomov susține că reprezentarea presupune îmbinarea în imaginea mintală a unor dimensiuni ale obiectelor, ce nu por fi percepute decât succesiv. Un cub, de exemplu, indiferent din ce parte ar fi privit, nu poate fi perceput decât având trei fețe. În reprezentare, în schimb, datorită coordonării şi aglutinării informațiilor, acesta va fi „văzut” cu toate fațetele lui. Se pare că panoramizarea este limita superioară a performanțelor posibile în reprezentare.

Reprezentările joacă un rol important în cunoaştere. Ele constituie *puncte de plecare, puncte de sprijin, material concret* pentru majoritatea mecanismelor psihice. Astfel, ele pot completa noile percepții, constituie „materia primă” pentru gândire şi operațiile ei, ca şi pentru imaginație.

Reprezentările îi dau omului posibilitatea să-şi construiască propriul său mediu interior, pornind de la care el îşi poate elabora acțiunile asupra mediului exterior.

Totodată, reprezentările sunt *instrumente de planificare şi reglare a conduitei umane.* Integrate în diferite tipuri de activități (de joc, de învățare, de rezolvare a problemelor, de muncă, de creație) ele ajută la finalizarea performantă a acestora.

Apărute ca urmare a relației dintre subiect şi obiect, dintre organism şi mediu, reprezentările servesc ca instrumente (psihice) de adaptare la realitate. Reprezentările apar în şirul proceselor de cunoaştere nu doar ca un simplu moment, doar ca o treaptă, ca o etapă a contemplării vii, ci şi ca un *rezultat*, un *bilanț al cunoaşterii*, care, pe de o parte, sedimentează în ele toate achizițiile de până acum ale cunoaşterii, iar pe de altă parte, pregătesc şi deschid calea spre cunoaşterea logică, rațională.

COMPARTIMENTUL III
PROCESELE COGNITIVE SUPERIOARE

Tema 1. MEMORIA

1.1. Memoria. Delimitări conceptuale

Cunoştinţele despre memoria, pe care o avem astăzi, nu au aceeaşi semnificaţie ca şi în secolele trecute. În acest mileniu percepem memoria altfel decât oamenii Greciei Antice, Evului Mediu, Renaşterii. Aceste cunoştinţe au evoluat în timp şi cercetătorii de domeniu au evidenţiat 2 etape ale psihologiei memoriei:

I etapă – preştiinţifică (Evul Mediu – 1885);

a II-a etapă – ştiinţifică (1885 – prezent).

Prima etapă se caracterizează prin faptul că înţelegerea memoriei se făcea prin abordări mitologice sau filosofice. În mitologia greacă memoria era gestionată de către o zeiţă investită în mod special cu această funcţie – zeiţa *Mnemozina,* „care regla memoria *cum dorea*". Alt mit despre memorie a fost alcătuit de către Socrate: „*Memoria nu este altceva decât o tablă de ceară, pe care se înscriu diferite evenimente. La unii ceara este tare, la alţii moale, mare-mică, neagră-albă etc.*".

Memoria a mai fost studiată şi de către filosofi. Aristotel în „Tratatul despre suflet" defineşte memoria „ca o forţă a sufletului, ce descrie lucrurile care nu mai sunt". Alţi filosofi au tratat memoria din punct de vedere gnosiologic, deci ca pe o *forţă de cunoaştere*.

Prin procesele senzoriale de cunoaştere, omul are posibilitatea să trăiască mai ales în prezent, să reflecte acele însuşiri ale obiectelor, ce acţionează nemijlocit, „aici" şi „acum", asupra organelor de simţ. Impresiile, imaginile, emoţiile, gândurile, mişcările prezente, actuale, nu se pierd însă, nu dispar complet fără a lăsa nici o urmă în creier, dimpotrivă, ele se sedimentează, se cristalizează, pentru ca mai apoi să fie scoase la lumină şi refolosite, contribuind, în felul acesta, la amplificarea conţinutului vieţii psihice, la desfăşurarea normală şi mai ales eficientă a activităţii umane. Omul, pe lângă multe alte capacităţi, de care dispune (de a simţi, a gândi, a vorbi, a imagina, a dori, a voi), o posedă şi pe cea de a reţine, conserva şi reutiliza propria sa experienţă de viaţă (cunoştinţe, imagini, idei, acţiuni şi operaţii), cât şi experienţa întregii omeniri. Acest lucru este realizat cu ajutorul memoriei.

Memoria este un fenomen psihic, prin care oamenii şi alte organisme vii codifică, depozitează şi reutilizează informaţii. H. Bergson a considerat că întreaga existenţă şi materie posedă memorie. La organismele vii, în afară de om, există doar două tipuri de memorie: genetică şi mecanică.

Omul are limbajul ca un mijloc puternic de memorizare, modalitate de reţinere a informaţiei în formă de texte şi diverse moduri de însemnări tehnice. El nu are nevoie să se bazeze pe posibilităţile sale organice, deoarece mijloacele de bază de îmbunătăţire a memoriei şi de păstrare a informaţiei necesare se găsesc în exterior şi în acelaşi timp în mâinile lui: el este în stare să înbunătăţească aceste mijloace practic la infinit, neschimbând natura sa.

Psihologi, filozofi, scriitori şi alţi gânditori au fost fascinaţi de-a lungul secolelor de memorie. Studierea memoriei a fost una din primele diviziuni ale ştiinţei psihologice, unde a fost aplicată metoda experimentală.

Etapa ştiinţifică, ce începe cu a. 1885, a fost desemnată de H. Ebbinghaus, care pentru prima dată a studiat experimental memoria.

Hermman Ebbinghaus (1850–1909) – *psiholog german*, pe dreptate este considerat unul din fondatorii psihologiei experimentale. A fost pasionat de cercetările psihofizice ale lui Fehner. În rezultat, a putut realiza ideea despre studierea cantitativă şi experimentală nu numai a proceselor psihice elementare (senzaţiile), ci şi *a memoriei*.

H. Ebbinghaus a studiat experimental (chiar pe sine) procesele de memorizare şi uitare, elaborând metode, care permit a stabili particularităţile memoriei. A elaborat „curba uitării", care

demonstrează că procentul cel mai mare de material se uită în perioada, care urmează nemijlocit după memorizare (învățare pe de rost). Această curbă a primit valoarea de model, pe baza căruia ulterior au fost construite curbe de elaborare a perceperii, rezolvării problemei etc. Cercetările experimentale ale memoriei au fost reflectate de el în cartea „Despre memorie" (1885).

Rezultatele cercetărilor experimentale ale memoriei, realizate de alt psiholog rus Smirnov A.A. (1894–1980), specialist în psihologia memoriei, au fost relatate într-un şir de lucrări ştiințifice:

- „Psihologia memorizării" (1948);
- „Problemele psihologiei memoriei" (1966).

Memoria este capacitatea unui sistem de tratament natural sau artificial de a encoda (memoriza) informația extrasă din experiența sa cu mediul, de a o stoca într-o formă apropiată şi apoi de a o recupera şi utiliza în acțiunile sau operațiile, pe care le efectuează (Lecocq, Leconte şi De Schonen, 1997).

Memoria cuprinde „mecanismele, prin care o achiziție oarecare rămâne disponibilă, putând fi reamintită şi utilizată" (Reuchlin, 1988).

Memoria umană este în mod obişnuit definită ca o capacitate de a reactiva, parțial sau total, într-o manieră veridică sau eronată, evenimentele trecutului" – scriu patru autori francezi (Tiberghien, Mendelsohn, Ans, George, 1990)".

Memoria este *procesul psihic cognitiv de memorizare (encodare), stocare (reținere, depozitare) şi reactualizare a informațiilor şi trăirilor noastre.* Ea nu se reduce însă numai la atât. Dacă prezentăm unor subiecți silabe fără sens, în reamintirea lor, ei vor apela la gruparea silabelor. Dacă le prezentăm cuvinte, ei le vor regrupa după o serie de criterii. Aşadar, nu este un simplu mecanism psihic *structurat, constructiv, ci poate fi chiar creativ.*

Memoria este o *capacitate psihică absolut necesară*, fără de care viața ar fi practic imposibilă. Întru a înțelege această caracteristică esențială a ei, să ne imaginăm pentru o clipă ce s-ar întâmpla fără memorie. Omul ar trăi într-un continuu prezent, fără trecut, dar şi fără viitor, numai sub influența datelor nemijlocite de reflectare, comportamentul său fiind haotic, spontan, fără stabilitate şi finalitate, fără durabilitate în timp; totul ar părea absolut nou şi necunoscut. Caracterul necesar al memoriei decurge din faptul că ea este implicată în marile *comportamente* ale vieții omului: cunoaştere şi învățare, înțelegere şi rezolvare de probleme, inteligență şi creativitate. memoria asigură continuitatea vieții psihice a individului.

Memoria se află în strânsă *interacțiune şi interdependență* cu toate celelalte procese, însuşiri şi capacități psihice, fiind influențată de ele şi influențându-le totodată. O mare parte a materialului, care se stochează şi se păstrează în memorie. Memoria este de fapt materialul provenit din contactul organelor de simț cu realitatea înconjurătoare, fapt care ne evidențiază legătura memoriei cu procesele psihice senzoriale.

Memoria este ca o coloană vertebrală a personalității fiind implicată în conturarea identității.

Memoria nu înseamnă numai acumularea de informații, ci şi organizarea şi chiar structurarea lor, prin aceasta ea raportându-se la gândire. Nu reținem şi nu reactualizăm orice, doar ceea ce ne place, ceea ce corespunde unor dorințe, aspirații, fapt care relevă legătura memoriei cu procesele afectiv-motivaționale. Memoria implică şi prezența unui efort voluntar, realizându-se astfel legătura ei cu voința. În sfârşit, trăsăturile personalității îşi vor spune cuvântul în ceea ce memorăm sau actualizăm: un optimist va reține anumite aspecte ale realității din lectura unui roman, spre deosebire de un pesimist.

Memoria are o serie de caracteristici, care o individualizează în raport cu alte procese psihice. Memoria este:

- *activă,* deci aduce modificări şi transformări atât în subiectul care memorează, cât şi în materialul memorat. Informațiile memorate sunt supuse unei organizări şi restructurări continue. Memoria nu este ca o bibliotecă, în care cărțile stau fixate o dată pentru totdeauna, ci ca o bibliotecă, în care acestea îşi schimbă mereu locul în funcție de necesitățile celui, care o foloseşte. Pentru a stoca o informație subiectul trebuie să depună efort;

- *selectivă,* în sensul că nu reţinem şi nu reactualizăm absolut totul, ci doar o parte din solicitările, ce vin spre noi: stimulii puternici sau ceea ce corespunde vârstei, sexului, gradului de cultură, preocupărilor, dorinţelor, intereselor noastre;
- *situaţională,* deci în concordanţă cu particularităţile de timp şi spaţiu ale situaţiei, dar şi cu starea internă a subiectului (dimineaţa–seara, într-o ambianţă liniştită sau zgomotoasă, în condiţii de sănătate sau boală);
- *relativ fidelă,* ceea ce înseamnă că informaţiile nu sunt reţinute şi reactualizate exact în forma, în care ne-au fost prezentate, ci cu o oarecare aproximaţie, deoarece intervine caracterul activ al memoriei şi păstrării, trăsăturile de personalitate ale individului şi uitarea;
- *mijlocită,* ceea ce înseamnă că pentru a memoriza şi a reproduce mai uşor utilizăm de o serie de instrumente, care îndeplinesc funcţia unor autentice mijloace de memorare. În calitate de „stimuli-mijloc" pot apărea obiectele concrete („nodul la batistă") cuvântul sau gândul;
- *inteligibilă,* deoarece presupune înţelegerea celor memorate şi reactualizate, organizarea materialului memorat după criterii de semnificaţie. Omul apelează la o serie de procedee logice, scheme raţionale, planuri mnezice (de exemplu: împărţirea unui text în fragmente, încadrarea fragmentelor mici în cele mari, realizarea asociaţiilor etc.), care pun în evidenţă prezenţa unei conduite inteligente.

Prin toate caracteristicile ei, dar mai ales prin ultimele două, memoria devine un proces psihic specific uman, diferenţiat aproape total de memoria animalelor, fapt care justifică încadrarea ei în rândul proceselor logice de cunoaştere.

Prin imensa *valoare adaptativă*, prin rolul ei enorm în direcţia *echilibării organismului cu mediul*, memoria îşi merită caracterizarea, pe care i-a dat-o marele psihofiziolog rus I.M. Secenov, de „condiţie fundamentală a vieţii psihice" sau, într-o formulare şi mai plastică, de „piatră unghiulară a vieţii psihice".

1.2. Procesele memoriei

Ideea, potrivit căreia memoria este un mecanism, ce se derulează în timp, parcurgând în dinamica sa o serie de procese, s-a impus în psihologie de timpuriu. Este poate unul din puţinele domenii, în care cercetătorii au căzut de acord asupra *numărului, naturii, funcţiilor şi specificului* acestor procese. Singura diferenţă se referă la denumirea lor. Astfel, în timp ce psihologia tradiţională preferă termenii de *memorare* (sau întipărire, fixare, engramare), *păstrare* (sau reţinere, conservare), *reactualizare* (sau reactivare), psihologia modernă, dintr-o perspectivă psihocognitivistă, a procesării informaţiilor, recurge la termeni cum ar fi: *encodare, stocare şi recuperare.*

Echivalenţa acestor termeni este evidentă, de aceea utilizarea unora în locul altora nu reprezintă o eroare. Pentru a ne aminti o informaţie aceasta trebuie mai întâi fixată mintal, apoi *stocată* şi, în final, reactualizată.

1. Encodarea, înseamnă traducerea informaţiei într-un anumit cod (material sau ideal). Encodarea reprezintă primul proces sau prima fază parcursă de mecanismele mnezice în dinamica lor. În general, se recurge la trei tipuri de coduri – vizuale, auditive, semantice, înseamnă că există trei tipuri de encodare:

1) encodarea vizuală, care face apel la codul imagine;

2) encodarea auditivă, ce foloseşte codul sunet (fizic şi verbal);

3) encodarea semantică, căreia îi este specific codul propoziţiei.

În afara acestor coduri, asupra cărora psihologia tradiţională s-a concentrat mai mult, există desigur multe altele. Diverse îndemânări (mersul pe bicicletă sau pe schiuri, înotul, dactilografierea etc.) se fixează într-un cod *motor*. Alte informaţii senzoriale (olfactive, gustative, tactile, termice etc.) recurg şi ele la o serie de coduri mnezice, chiar dacă acestea sunt mai puţin cunoscute şi cercetate.

Formele encodării

Există 2 forme ale encodării, una *automată* şi alta, care presupune *efortul subiectului,* optimizarea ei putându-se obține prin repetarea informațiilor. Ştim şi din experiența cotidiană că uneori memorăm fără să depunem nici un efort, oarecum spontan, în timp ce alteori este necesar să ne propunem dinainte acest lucru, să mobilizăm şi să concentrăm toate capacitățile noastre psihice. Diferențierea celor două forme de encodare se face nu doar după prezența sau absența atenției, intenției, controlului voluntar, ci şi după natura materialului, ce urmează a fi fixat.

Numim prima formă encodare (memorare) incidentală (involuntară), iar pe cea de a doua – encodare (memorare) intenţională (voluntară).

În encodarea *incidentală* contează nu atât faptul că individul nu-şi propune dinainte scopuri mnezice, că el nu se mobilizează expres pentru a memora, cât *gradul de interacțiune cu activitatea,* pe care el o desfăşoară, *gradul de implicare şi angajare* a lui în rezolvarea sarcinilor. *Cu cât activismul intelectual şi profunzimea înțelegerii sunt mai mari, cu atât mai productivă va fi memorarea incidentală.*

În encodarea *intenționată* sunt importante 3 elemente: stabilirea conştientă a scopului, mobilizarea şi consumarea unui efort voluntar în vederea realizării lui, utilizarea unor procedee speciale, care să faciliteze memorarea.

Învățarea pentru o anumită perioadă condiționează uitarea după trecerea acelei perioade.

Relațiile dintre cele două forme de encodare – incidentală şi intenţională – sunt relații de *interdependență*. Adeseori memorarea incidentală este numai începutul celei intenționale. Alteori memorarea intenţională, ca urmare a exersării, a organizării începe să se realizeze cu o mare economie de timp şi de efort, intrând în funcțiune aproape de la sine. Astfel, alături de cea intenţională, memoria incidentală trebuie considerată un important mijloc psihic, cu ajutorul căruia omul îşi finalizează activitățile întreprinse, economisindu-şi astfel energia.

2. Stocarea este procesul de reținere a informațiilor până în momentul, în care este necesară punerea lor în disponibilitate. *Durata stocării* (timpul, care se scurge între intrare şi ieşirea informației din memorie) este extrem de variată. Uneori este foarte scurtă, materialul memorat ştergându-se aproape imediat, alteori medie, sunt şi cazuri când aceasta acoperă chiar întreaga viață a individului.

Durata variabilă a stocării a stat la baza distingerii diferitelor tipuri de memorie: memoria de scurtă durată, memoria de durată medie, memoria imediată sau operațională, memoria tactică (similară cu cea de durată medie) şi memoria strategică (similară celei de lungă durată), memoria de durată medie (scopul ei este de a realiza o confruntare, o sinteză între urmele stimulilor şi experiențelor similare stocate anterior şi datele noi, care urmează a fi memorate).

Unii autori sunt tentați să vorbească chiar de existența unei stocări permanente, în sensul că o informație, o dată intrată în memorie, rămâne permanent în ea, uitarea datorându-se incapacității de a găsi informația şi nu procesului degradării sau dispariției ei. Faptul că o informație este inaccesibilă la un moment dat nu înseamnă că ea va fi în permanență indisponibilă, reamintirea ei fiind posibilă în alte momente.

Variabilitatea duratei stocării se explică în funcție de o serie de factori:

– natura şi semnificația informațiilor memorate (cu sens sau fără sens, etc.);

– evenimentele cu un caracter personal se reţin mai mult timp decât cele neutre, impersonale (colegi de şcoală).

Una dintre problemele cu rezonanță practic aplicativă este cea a creşterii duratei stocării, în vederea sporirii productivității ei, care s-ar putea realiza prin:

- fixarea imediată a informației receptate, fie senzorial, prin legarea ei de alte informații, fie senzorial, prin notarea ei;
- repetarea mintală a informației de mai multe ori, fapt, care asigură atât reținerea mai îndelungată, cât şi reactualizarea ei cu uşurință;
- verbalizarea conținutului informației;
- mărirea duratei de prezentare a stimulului sau pe cea a intervalelor dintre elementele lui etc.

Dinamica stocării implică fidelitate, amplificare şi diminuare a materialului stocat.

- ***Fidelitatea stocării*** depinde de calitatea encodării (condiţii corespunzătoare). Cel mai important mecanism al encodării şi care îi asigură acesteia calitatea este cel al legării între ele a informaţiilor, ce urmează a fi reţinute (principiul asociaţiilor). Recent a fost introdus chiar şi termenul de memorie asociativă de către M.Kosslyn (1995). De exemplu, legăm obiectele de localizările lor spaţiale, de alte obiecte sau de părţi ale lor, memorăm prin asemănare şi prin contrast.

Un alt mecanism, ce explică fidelitatea stocării, este cel al ***consolidării.*** Dacă asociaţiile nu sunt întărite, consolidate în timp, ele se pot restructura astfel încât la „ieşire" să nu mai semene cu cele de la „intrare". Consolidarea poate fi comparată cu developarea unui film: imaginea latentă existentă pe placa fotografică poate să dispară, dacă nu este stabilizată printr-un fixator chimic.

- Faptul că de-a lungul timpului conţinutul materialului memorat nu rămâne identic cu cel însuşit, ci suportă o serie de transformări şi restructurări, ce conduc la *amplificarea, îmbogăţirea şi sistematizarea lui este evident*.

Rearanjarea activă a datelor (cuvintelor, informaţiilor) permite ca la reactualizare ele să fie reamintite pe categorii chiar dacă fusese prezentate aleatoriu. Fenomenul poartă denumirea de „clustering" („înmănunchere") – organizarea materialului pe categorii. Gruparea informaţiilor în timpul stocării se realizează în funcţie de o serie de criterii, cum ar fi:

- familiaritatea;
- relevanţa personală;
- forma şi sonoritatea;
- gradul de asemănare sau diferenţiere.

Rolul pozitiv al organizării informaţiilor are 2 argumente:

1) economia de spaţiu; informaţia organizată, grupată în categorii, ocupă un spaţiu mai mic decât cea neorganizată;

2) facilitarea recuperării: organizarea oferă posibilitatea de a recupera toată informaţia conţinută de o unitate.

- Diminuarea, degradarea şi dispariţia (ştergerea) din memorie a materialului stocat are la bază *mecanismul uitării*. Cele mai frecvente „semne" ale uitării sunt: imposibilitatea reamintirii unor evenimente, date, informaţii etc. (fie în totalitate, fie doar parţial); recunoaşterile şi reproducerile mai puţin adecvate sau chiar eronate (informaţia iniţială este înlocuită cu un substitut asemănător); lapsusul sau uitarea momentană, care durează doar o perioadă de timp, după care informaţiile sunt reamintite.

Cele trei fenomene, la care ne-am referit – fidelitatea stocării, îmbogăţirea conţinutului stocat, degradarea materialului memorat – concomitent cu mecanismele adiacente lor, pun în lumină caracterul activ, dinamic al stocării. Totodată, ele relevă semnificaţia procesului stocării în şirul proceselor memoriei, de calitatea conservării depinzând în mare măsură calitatea procesului următor.

3. Recuperarea este procesul memoriei, care constă în scoaterea la iveală a conţinuturilor encodate şi stocate în vederea utilizării lor în funcţie de solicitări şi necesităţi. Unii autori consideră că procesul de „căutare" a informaţiei în memorie se produce automat pe o traiectorie predeterminată. Pentru alţii recuperarea este un proces activ, în care subiectul stabileşte indicii de recuperare. Şi alţi autori au conceput recuperarea ca un proces desfăşurat în cel puţin 2 etape: o etapă de *căutare iniţială* şi o etapă de *decizie* bazată pe caracterele apropiate ale informaţiei recuperate.

Într-adevăr, uneori recuperarea are loc automat, aproape spontan, fără nici un fel de efort din partea subiectului, în timp ce alteori ea implică discursivitate, căutare, tatonare, efort. Simpla menţionare a unui eveniment personal, cu mare încărcătură emoţională, este capabilă să declanşeze automat reamintirea lui cu nenumărate detalii („reactualizarea instantanee").

Sunt însă şi situaţii când simpla menţionare a unui eveniment nu mai este suficientă pentru readucerea lui bruscă în minte, ci, dimpotrivă, apare necesitatea căutării lui asidue în memorie cu ajutorul unor întrebări, a revederii unor obiecte sau a evocării diferitelor împrejurări, în care a

avut loc encodarea. Fenomenul cunoscut sub denumirea „îmi stă pe vârful limbii" ilustrează un tip de „recuperare cu efort," atunci când oamenii sunt convinşi că ştiu ceva, dar par a nu fi în stare să-l extragă din memorie.

Recunoaşterea şi reproducerea reprezintă mecanisme ale recuperării:

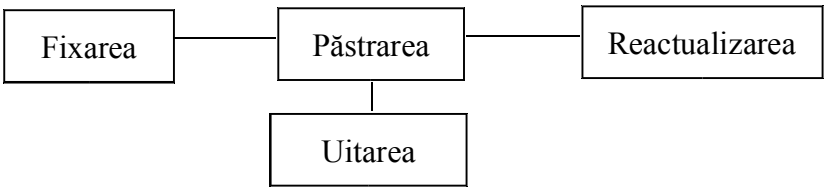


Fig. 11. **Procesele memoriei.**

Diferența dintre recunoaştere şi reproducere constă în faptul că recunoaşterea se realizează în prezența obiectului material (stimulului material, imaginii etc.), iar reproducerea se realizează în absența lui (stimulului ce trebuie reactualizat). De exemplu, elevul răspunde tema cu ajutorul caietului sau fără. Recunoaşterea este relativ mai simplă, implicând doar procese de percepție, pe când reproducerea este mai complexă şi dificilă, deoarece presupune apelul la gândire.

Un experiment a demonstrat că subiecții recunosc 42 de silabe şi reproduc 12; recunosc 65 de cuvinte şi reproduc 39; recunosc 67 de proverbe şi reproduc 22. Iată de ce majoritatea studenților preferă testele de alegere multiplă (identificarea, recunoaşterea conținuturilor prezentate), decât testele de compoziție sau de completare a cuvintelor lipsă, mult mai dificile (recuperarea, găsirea, descompunerea informației învățate anterior).

Recunoaşterea presupune suprapunerea modelului actual peste cel aflat în mintea subiectului, pe când reproducerea – confruntarea şi compararea mintală a modelelor în vederea extragerii celui optim. Ele se aseamănă prin aceea că dispun de forme involuntare şi voluntare. Uneori recunoaştem pe cineva dintr-o dată, fără efort, alteori trebuie să depunem efort pentru a ne reaminti cine este, unde l-am cunoscut, cu ce ocazie, cum îl cheamă etc.

De asemenea, uneori reproducem fără efort o poezie numai auzindu-i titlul sau autorul, alteori este nevoie să facem apel şi la alte informații pentru a ne-o reaminti. Atât recunoaşterea, cât şi reproducerea dispun de grade diferite de precizie. Astfel, ele pot fi foarte precise, riguroase, dar şi vagi, imprecise memorării şi păstrării.

Între procesele memoriei există o strânsă interacțiune şi interdependență. Condițiile şi conținutul memorării şi reactualizării sunt strâns legate între ele, totuşi dependența ultimului de primul nu trebuie absolutizată (nu este obligatoriu ca un material memorat uşor să fie la fel de uşor şi repede reprodus).

Nici succesiunea lor (memorare – păstrare – reproducere) nu merită a fi absolutizată (sunt cazuri când un material memorat nu mai este reprodus, fiind „împins" în rezervorul inconştientului, nemaifiind reactualizat sau un material poate fi stocat, reprodus, dar nu şi recunoscut, individul nedându-şi seama de faptul că materialul respectiv a mai făcut obiectul conştiinței sale). Dereglarea succesiunii şi a funcționării normale a proceselor memoriei stă adeseori la baza îmbolnăvirii ei. Interacțiunea normală, firească a proceselor memoriei reprezintă de aceea garanția funcționării optime şi eficiente a ei.

4. Uitarea

Uitarea a fost studiată de H. Ebbinghaus (1885) şi Jost (1897).

Multe din datele experienței anterioare se diminuează, se dezagregă, dispar din mintea noastră. Intervine aşa-numitul fenomen al uitării, fenomen *natural, normal* şi mai ales *relativ necesar.*

Uitarea intervine, aşadar, ca o supapă, care lasă să se scurgă, să se elimine, ceea ce nu mai corespunde noilor solicitări. Între memorie şi uitare există relaţii dinamice, fiecare acţionând una asupra celeilalte, facilitându-se sau împiedicându-se reciproc.

Care sunt formele uitării ?

– Uitarea totală (ştergerea, dispariţia, suprimarea integrală a datelor memorate şi păstrate);

– Uitarea parţială (reproduceri mai puţin adecvate sau chiar eronate);

– Lapsusul (uitarea momentană, exact pentru acea perioadă când ar trebui să ne reamintim).

Ce uităm?

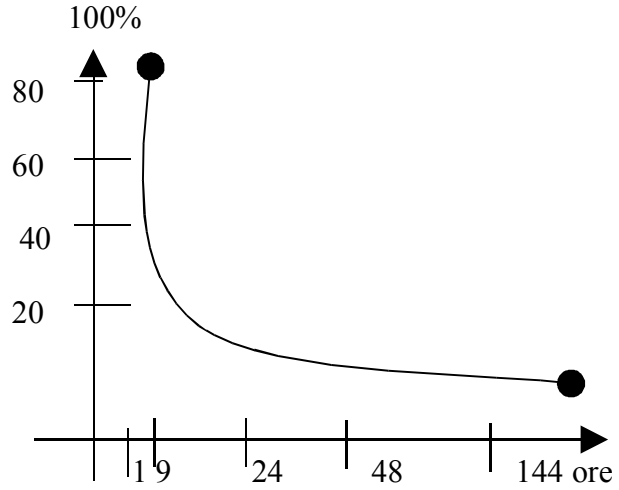
– Informaţiile, care îşi pierd actualitatea, se devalorizează, nu mai au semnificaţie sau informaţiile neesenţiale, amănuntele, detaliile.

De ce uităm ?

– Cauza principală este insuficienţa sau proasta organizare a învăţării, sau stările de oboseală, surmenaj, anxietate.

Care este ritmul uitării?

Psihologul german H. Ebbinghaus, utilizând silabe fără sens, a demonstrat că uitarea este destul de mare, masivă chiar imediat după învăţare şi apoi din ce în ce mai lentă, aproape stagnantă (vezi *figura*); însă poate avea ritmuri foarte diferenţiate în funcţie de particularităţile materialului de memorat, cât şi pe cele de vârstă şi psihoindivuduale. Curba uitării după H. Ebbinghaus:



Uitarea poate fi combătută prin eliminarea cauzelor, care conduc la instalarea ei şi prin repetiţie eficientă.

În principiu, memorarea şi uitarea au un caracter selectiv. Nu uităm ceea ce este foarte important pentru noi. Interesele şi sentimentele influenţează puternic uitarea. S. Freud citează cazul unei fete, care, în ziua nunţii, şi-a amintit că uitase să se ducă în ajun la croitoreasă, să facă ultima probă la rochia de mireasă. Probabil ea nu dorea să se mărite cu acel tânăr, scrie Freud. Şi într-adevăr, căsătoria lor s-a destrămat chiar din primul an.

Deşi deseori e supărătoare, uitarea este indispensabilă. În lipsa ei, percepţiile s-ar amesteca mereu cu imagini vii, şi orientarea în prezent ar deveni foarte dificilă. Apoi, uitarea e indispensabilă pentru ca după moartea unei persoane îndrăgite să putem totuşi continua o existenţă normală.

1.3. Formele memoriei

Pentru a organiza formele memoriei s-au elaborat numeroase criterii de clasificare:

I. După natura materialului memorat, stocat şi reactualizat:

a) memorie senzorială;

b) memorie cognitivă;

c) memorie afectivă;

d) memorie motorie.

a) Între înregistrarea informației de către organele (senzoriale) receptoare şi recunoaşterea stimului trece un oarecare timp, chiar dacă acesta este foarte scurt (de la $^1/_3$ din secundă până la 1–2 sec). Dacă n-ar exista un mecanism, care să stocheze informația receptată, aceasta n-ar putea fi prelucrată şi, ca urmare, stimulul nu ar fi recunoscut. Funcția esențială a memoriei senzoriale constă în păstrarea informației senzoriale până când alte procese cognitive sunt capabile s-o preia, s-o analizeze, s-o interpreteze şi să-i dea înțeles. Există tot atâtea tipuri de memorii senzoriale câte tipuri de senzații cunoaştem, însă cele mai frecvent studiate sunt: memoria vizuală sau iconică şi memoria auditivă sau ecoică.

De exemplu, să ne gândim la o conversație, pe care o purtăm cu cineva. Dacă nu am dispune de memorie senzorială auditivă, multe dintre cuvintele, care se rostesc succesiv, ar fi pierdute, pentru că suntem preocupați tocmai de determinarea înțelesului a ceea ce ni s-a spus. Să presupunem în continuare că în timpul conversației o persoană introduce pentru o fracțiune de secundă capul pe uşa încăperii, în care ne aflăm, în acelaşi timp informația vizuală despre interlocutorul nostru nu dispare.

S-a constatat că are loc *specializarea în timp a anumitor analizatori* folosiți în activitățile mnezice: unii operează mai frecvent cu analizatorul vizual, alții cu cel auditiv, olfactiv sau tactil. Ideal ar fi ca fiecare om să dispună în egală măsură şi la un înalt nivel de dezvoltare de toate formele memoriei senzoriale. Însă deoarece aceasta este aproape imposibil, atunci este bine ca fiecare să utilizeze acea formă, care-l serveşte mai bine şi să-şi dezvolte acea formă a memoriei cerută de profesiunea sau activitatea sa.

b) Unii oameni memorează şi reactualizează cu o mai mare uşurință imaginile, desenele, figurile, în timp ce alții – noțiunile, conceptele, judecățile şi raționamentele, ideile abstracte. În acest caz vorbim de existența memoriei cognitive (de cunoaştere), care în funcție de conținutul ei poate lua forma memoriei *intuitiv-plastice*, fie forma memoriei *verbal-logice.*

c) Dar oamenii nu rețin doar faptele de cunoaştere, ci şi propriile lor trăiri afective (emoțiile, dispozițiile, sentimentele, pasiunile). Trăsăturile afective nu sunt doar momentane, ele nu se pierd o dată cu consumarea lor, ci lasă urme în psihic şi pot fi scoase din nou la lumină, retrăite chiar, desigur nu cu aceeaşi intensitate, durată şi expresivitate. Aceasta este memoria *afectivă* sau *emoțională.*

a) Alături de informația cognitivă şi de trăiri afective, omul reține în memoria sa şi descrie mişcări, operații sau acțiuni efectuate. Acest lucru n-ar fi posibil în absența memoriei *motorii* (de exemplu scrisul, înotul, mersul pe bicicletă).

II. După durata menținerii informației există:

a) memorie de scurtă durată (efemeră);

b) memorie de lungă durată;

c) memoria operativă.

a) S-a demonstrat că o secvență scurtă de informații este repede uitată (după mai puțin de 20 sec.) dacă subiectul execută o altă sarcină înainte de reamintire. Deci înaite de a fi fixată şi depozitată informația este vehiculată pentru scurt timp şi mai la suprafață, constituind conținutul memoriei de scurtă durată. De exemplu, în cursul unei conversații uităm numele unor persoane, care ne-au fost prezentate câteva clipe mai înainte; dacă formăm un număr de telefon obținut de la informații fără a-l fi notat şi postul respectiv sună ocupat, ne vom afla în situația de a solicita din nou numărul de la informații, deoarece l-am uitat. Memoria de lungă durată este tezaurul cunoştințelor noastre *(tab. 3)*.

Tabelul 3

Deosebirile memoriei de scurtă durată şi de lungă durată

MSD	MLD
informații imediate, recente, mai mărunte, momentan	informații semnificative, valoroase şi utile pentru individ

semnificative	
limitată, redusă (7 unităţi – valoarea medie optimă)	practic nelimitată
maximum 15–20 sec.	practic nelimitată (chiar şi o viaţă întreagă)
fonologică (sunete)	semantică (înţelesuri)
prin repetiţie de menţinere	prin repetiţie elaborată (organizare)
fragilă, puţin productivă; predispusă degradării rapide	trainică, extrem de productivă, predispusă la extindere şi întărire
directă şi imediată	indirectă şi care necesită efort, încordare
primară	secundară

Unii cercetători consideră că memoria de scurtă durată nu este structural distinctivă de memoria de lungă durată, ea este practic o parte a memoriei de lungă durată, şi anume partea ei activă, deci o memorie de lucru.

Memoria operativă este prevăzută pentru păstrarea informaţiei pe un anumit termen, predeterminat, necesar pentru efectuarea unor operaţii. Durata memoriei operative este de la câteva secunde până la câteva zile.

III. După posibilitatea verbalizării conţinutului activităţii de memorie există:

a) memorie *explicită*;
b) memorie *implicită.*

a) memoria *explicită* este *memoria conştientă* (memorarea unui material, de care cineva este conştient), directă, voluntară. Memoria explicită este cea verbalizată, cea, care poate fi exprimată în cuvinte, conţinutul căreia poate fi declarat;

b) memoria *implicită* este memoria *inconştientă* (memoria unui material, de care cineva nu este conştient), indirectă, involuntară. Ea are un conţinut, ce nu poate fi verbalizat, ea se mai numeşte memoria procedurală (exemplu: este mai uşor uneori să arăţi, să prezinţi, decât să vorbeşti despre o acţiune).

S-a constatat că amnezicii obţin performanţe slabe la testele de memorie explicită (reamintirea cuvintelor învăţate anterior) şi rezultate bune la testele de memorie implicită (completarea cuvintelor lipsă dintr-o listă, în care erau cuvinte noi pe lângă cele din lista iniţial învăţată).

IV. După criteriul complexităţii memoriei există:

a) memorie *inferioară;*
b) memorie *superioară.*

Memoria inferioară o constituie formele simple ale memoriei şi cele ale animalelor.

Memoria superioară este un produs al vieţii sociale, ea rezultă din educaţie, învăţare.

V. După existenţa unui mijlocitor între subiect şi obiect există:

a) memorie *nemijlocită;*
b) memorie *mijlocită.*

Memoria nemijlocită reprezintă relaţia directă dintre subiect şi obiectul de memorat.

Memoria mijlocită presupune prezenţa semnelor, simbolurilor în calitate de unealtă.

Această clasificare se suprapune foarte mult cu clasificarea precedentă (memoria inferioară = memoria nemijlocită).

VI. După factorul implicării inteligenţei în actul memoriei există:

a) memorie *mecanică;*
b) memorie *logică.*

Memoria mecanică este acea memorie, care refuză implicarea inteligenţei, nu pune pe prim-plan înţelegerea conţinutului, este de obicei, memorie tip fotografiere, toceală.

În acest sens, materialul de memorizat este de 2 feluri:

– inteligibil, care se pretează înţelegerii şi
– neinteligibil sau fără sens (de exemplu: şiruri de numere.)

Memoria logică apelează la inteligență.

VII. După numărul de subiecți ai memoriei există:

a) memorie *individuală;*
b) memorie *colectivă.*

Memoria *individuală* este memoria unui individ concret.

Memoria *colectivă* presupune un subiect colectiv, unde sunt prezenți doi sau mai mulți subiecți ai memoriei: o națiune, un popor, un grup academic.

VIII. După originea apariției memoriei există:

a) memorie *biologică;*
b) memorie *social-culturală.*

Memoria *biologică* are la bază genele, cromosomii, deci informația biologică, codul genetic al persoanei (de exemplu: copiii răpiți de animale au o memorie de tip biologic).

Memoria *social-culturală* este un produs al aflării în societate şi în condițiile culturii, deci existența limbajului, anumitor proceduri de memorare a materialului, este o memorie elaborată.

IX. După prezența intenției de a memora există:

a) memorie *voluntară;*
b) memorie *involuntară.*

Memoria voluntară are două caracteristici:

– prezența scopului, a intenției;
– prezența efortului volitiv.

Memoria involuntară reprezintă procesul, ce se produce de la sine şi presupune lipsa scopului şi efortului.

X. După logica conținutului memoriei există:

a) memorie *episodică;*
b) memorie *semantică.*

Memoria *episodică* este cea a evenimentelor, în care am fost implicați, memoria întâmplărilor, faptelor, pe care le-am săvârşit, anume această memorie ne formează autobiogarfiile şi se mai numeşte memorie bibliografică.

Memoria *semantică* este memoria cunoştințelor de tot felul, legităților, ce nu sunt legate de timp, de loc şi de persoană (de exemplu; „Cine este Newton?" – fizician).

1.4. Factorii şi legile optimizării memoriei

Procesele memoriei se realizează mai uşor sau mai greu, mai repede sau mai încet, cu un consum mai mare sau mai mic de energie şi timp, cu o eficiență crescută sau scăzută în funcție *de o serie de factori*.

Aceştia ar putea fi împărțiți în 2 mari categorii:

1) particularitățile materialului de memorizat;
2) trăsăturile psihofiziologice ale subiectului.

- Prima categorie include: ***Natura materialului,*** care poate fi intuitiv obiectual sau abstract, descriptiv sau explicativ-rațional, semnificativ sau lipsit de sens logic, teoretic sau utilitar-pragmatic. Cercetările au demonstrat că se întipăreşte mai uşor un material intuitiv-senzorial (imagini ale obiectelor) decât unul simbolic-abstract (cuvinte). Vârsta modifică însă această legitate, studenții reproducând mai uşor cuvintele abstracte decât imaginile intuitive. Un material verbal semnificativ (un poem, un fragment în proză) – mai bine decât altul nesemnificativ (grupaje de litere fără sens logic).
- ***Organizarea materialului*** (grad mare, mediu, redus). Se înțelege că un material, care dispune de un grad mare de organizare şi structurare, va fi mai bine memorat decât altul cu organizare şi structurare mai reduse. Organizarea în serie a materialului produce un efect interesant, în funcție de poziția *ocupată de materialul în serie*. Investigațiile au demonstrat că elementele de la începutul şi sfârşitul seriei sunt mai bine memorate decât cele de la mijlocul ei.

Reținerea mai bună a elementelor de la începutul seriei a fost numită *efect de primaritate* (MSD), iar cea de la sfârşitul seriei, *efect de recență* (MLD).

- ***Omogenitatea materialului*** produce următoarele 3 efecte: 1) efectul Robinson (1924) – o serie omogenă (numai litere, cuvinte sau figuri geometrice) este memorată mai rapid; 2) efectul Restorff (1932) – elementele eterogene plasate într-o serie mai mare de elemente omogene sunt reținute mai bine decât acestea din urmă (exemplu: perechile neomogene, decât cele omogene); 3) efectul Underwood (1950) materialele cu un grad mare de omogenitate se rețin mai greu comparativ cu cele cu un grad mai scăzut de omogenitate.
- ***Volumul materialului.*** S-a constatat că numărul de repetiții necesar memorării unui material este cu atât mai mare cu cât materialul este mai amplu. S-au stabilit două legi în acest sens:

1) dacă materialul de memorat creşte în progresie aritmetică, timpul de memorare creşte în progresie geometrică (Lyon a demonstrat deja din a. 1914 că pentru a memora 50 de cuvinte sunt necesare 2 minute, pentru 100 de cuvinte 9 minute, iar pentru 1000 de cuvinte 165 de minute);

2) în condiții egale de exersare, materialul lung se aminteşte mai bine decât materialul scurt (Robinson a demonstrat că 6 silabe se reamintesc în proporție de 71%, 12 silabe – 78%, iar 18 silabe în proporție de 81%), deci dificultatea unei sarcini nu este direct proporțională cu lungimea ei.

Miller a remarcat că volumul informațiilor reținute în acelaşi timp este de 7+2 unități informaționale, pe care le-a denumit prin termenul (intraductibil) de *chunk*. Un chunk este o structură integrată de informații. Dacă îmi amintesc o parte a unui chunk, îmi voi aminti întregul ansamblu. Aşadar, chunkul se referă la unitățile de semnificații.

- Alte particularități ale materialului:
  - familiaritatea (frecvența utilizării în plan verbal sau acțional a stimulului);
  - semnificația (ca şi în cazul familiarității, gradul înalt de semnificație influențează pozitiv memorarea);
  - caracterul agreabil sau dezagreabil al materialului de memorat influențează de asemenea productivitatea memorării. Astfel, materialul agreabil se reține mai bine decât cel dezagreabil, iar cel dezagreabil este reținut mult mai bine în raport cu cel indiferent.

A doua categorie include *trăsăturile psihofiziologice ale subiectului:*

- gradul de implicare în activitate;
- starea subiectului (oboseală, sănătate);
- modul de învățare;
- motivația;
- atitudinile şi înclinațiile acestuia;
- repetarea optimă (subînvățarea creează „iluzia învățării", iar supraînvățarea conduce la instalarea inhibiției de protecție, la apariția stării de saturație şi a trebuinței de evitare. Deci dacă pentru memorarea unui material au fost necesare 10 repetiții, cele suplimentare nu trebuie să depăşească 5).

În urma datelor experimentale se pot formula următoarele concluzii: intervalul optim de efectuare a repetițiilor este fie de minute (5–20), fie de zile (1–2 zile); repetiția activă, realizată independent (cu redarea pe dinafară a textului) este superioară repetiției pasive (bazată doar pe recitirea textului); repetiția încărcată cu sens, cu semnificație este mai productivă comparativ cu cea mecanică; repetiția planificată, ritmică este în avantaj față de cea accidentală; în sfârşit, repetiția făcută din plăcere, din nevoia resimțită din interior de a reține informațiile este mai eficientă, decât repetiția făcută din obligație.

Cercetările au demonstrat că reținem 10% din ceea ce citim, 20% din ce auzim, 30% din ce vedem, 50% din ce vedem şi auzim în acelaşi timp. Deci cu cât acțiunile cognitive sunt mai complexe, creşte şi productivitatea memoriei.

Sintetizând factorii facilitatori ai memorării, am putea concepe modul de organizare optim al învățării unui curs, în condițiile, în care ne este complet necunoscut.

Prima etapă ar constitui-o *familiarizarea cu textul*, presupunând o lectură rapidă a întregului material, pentru orientare. Apoi se impune *aprofundarea ideilor*: se fragmentează cursul după principalele teme şi se urmăreşte deplina înţelegere şi sistematizare a primei teme etc. până la înţelegerea întregului curs. Înţelegerea aprofundată asigură în mare măsură memorarea. Totuşi, sunt date, definiţii, clasificări, care cer o muncă specială de fixare. Prin urmare, a treia fază implică o *memorare analitică*, când memorăm ceea ce nu am reţinut şi revedem fişele întocmite anterior, subliniind ceea ce ne interesează.

Penultima etapă reprezintă o *fixare în ansamblu*, când recapitularea întregului material e însoţită de întocmirea unor scheme (idei principale).

În fine, în ajun de examen se impune recapitularea acestor scheme, care ne ajută să putem aborda subiecte de sinteză, presupunând cunoştinţe din diferite lecţii.

În cazul însă când audiem cursul şi participăm la seminarii, învăţarea se desfăşoară puţin altfel. Familiarizarea se realizează audiind prelegerile. Faza de aprofundare analitică se produce pregătind seminariile şi participând la discuţii. În perioada de pregătire a examenului ar trebui să fie necesare doar memorarea analitică, fixarea în ansamblu şi recapitularea schemelor.

1.5. Diferenţele individuale şi calităţile memoriei

1. Nu toţi oamenii memorizează, păstrează şi actualizează experienţa la fel.

Aceasta face ca oamenii să se diferenţieze între ei, să apară diferenţe individuale. Unii întipăresc mai uşor, alţii – mai greu, unii într-un timp mai scurt, alţii într-un timp mai lung, unii au o memorie vizuală, auditivă, gustativă, olfactivă mai bună, alţii dimpotrivă. Este necesar cu fiecare să se folosească acel tip de memorie, care-l avantajează mai mult, să-şi dezvolte acea formă a memoriei pe care îl solicită profesia sa.

Calităţile memoriei se concretizează diferit la fiecare individ. Uneori, atunci când aceste proprietăţi sunt sau foarte puternice sau foarte slabe, ele pot deveni elemente distinctive în descrierea personalităţii noastre.

2. În procesul funcţionării sale memoria îşi formează o serie de calităţi, cele mai importante fiind:

- *volumul memoriei* – cantitatea de material, pe care-l putem memoriza, păstra şi rectualiza. Există persoane, cărora li se spune că sunt nişte „enciclopedii ambulante”, având un volum de informaţie stocată extrem de bogat;
- *elasticitatea, mobilitatea şi suplеţea memoriei* – capacitatea de a acumula cunoştinţe mereu noi, a le organiza şi reorganiza eficient pe cele vechi; capacitatea de a corela informaţia nouă cu cea deja cunoscută şi de a modifica în corespundere cu necesităţile actuale.

3. *Viteza (rapiditatea) memorizării* – viteza (uşurinţa) fixării informaţiei. Persoanele cu o viteză înaltă de memorizare depun un efort redus, engramarea (întipărirea) se realizează cu economie de timp şi de repetiţii.

Exactitatea reactualizării indică gradul de precizie, corectitudine şi acurateţe a recunoaşterii şi reproducerii materialului anterior memorat.

Fidelitatea redării se referă la măsura, în care informaţia actualizării corespunde cu cea întipărită.

Promptitudinea reactualizării se referă la viteza, cu care reuşim să actualizăm un material învăţat. Persoanele, la care promptitudinea reactualizării are un nivel înalt de dezvoltare, realizează foarte rapid recunoaşterea şi reproducerea informaţiei, imediat după stimulare.

Cercetările psihologice au demonstrat că se reţine:

- 10 % din ceea ce citim,
- 20 % din ce auzim,
- 30 % din ce vedem,
- 50 % din ce vedem şi auzim în acelaşi timp,
- 80 % din ce spunem,
- 90 % din ce spunem şi facem în acelaşi timp.

Calităţile memoriei pot fi educate, modelate, ridicate la noi niveluri funcţionale. Cunoscând care este calitatea ce-i lipseşte, omul poate lua anumite măsuri în vederea formării şi dezvoltării ei.

Tema 2. GÂNDIREA

2.1. Delimitări conceptuale

Gândirea ocupă un loc central în psihologie, astfel s-au exprimat doi cunoscuţi psihologi americani (Lindsay şi Norman, 1980) – „Gândirea reprezintă, poate, subiectul cel mai important al întregii psihologii". Deoarece toate creaţiile artei şi ştiinţei îşi au originea în gândire, „ea este de o importanţă evidentă" – nota un alt psiholog (Gilhody, 1988).

Cu timpul în psihologia gândirii au avut loc diversificarea şi polarizarea concepţiilor. Gândirea ca instrument şi potenţialitate de cunoaştere este studiată de filosofie (epistemologie), de logică (legile gândirii juste şi exacte) şi de psihologie.

Gândirea se defineşte ca procesul cognitiv de însemnătate centrală în reflectarea realului care, prin intermediul abstractizării şi generalizării coordonate în acţiuni mintale, extrage şi prelucrează informaţii despre relaţiile categoriale şi determinative în forma conceptelor, judecăţilor şi raţionamentelor.

Gândirea este trăsătura distinctivă cea mai importantă a psihicului uman, definitorie pentru om ca subiect al cunoaşterii logice, raţionale. Este aşa deoarece gândirea produce modificări de substanţă ale informaţiei cu care operează. Dacă celelalte mecanisme psihice produc modificări superficiale, natura informaţiei, rămânând aceeaşi, gândirea modifică natura informaţiei, ea face saltul de la neesenţial la esenţial, de la particular la general, de la concret la abstract, de la exterior – accidental la interior – invariabil.

De asemenea, gândirea antrenează toate celelalte disponibilităţi şi mecanisme psihice în realizarea procesului cunoaşterii nu doar pe cele de ordin cognitiv, după cum s-ar părea la prima vedere, ci şi pe cele afectiv-motivaţionale şi volitiv-reglatorii. Gândirea orientează, conduce, valorifică maxim toate celelalte procese şi funcţii psihice.

Ca urmare a intervenţiei ei, percepţia devine observaţie, deci o percepţie cu scop, ordonată şi planificată; comunicarea informaţiilor dobândeşte înţeles, fiind subordonată prin gândirea normelor logicii; memoria intră în posesia unei forme superioare de memorare, şi anume memorarea logică, ce o completează şi o depăşeşte pe cea mecanică; voinţa îşi precizează mult mai bine scopurile pe baza predicţiei, îşi fixează mult mai uşor planuri, folosindu-se de judecăţi şi raţionamente.

În sfârşit, centralitatea gândirii în procesul cunoaşterii se explică şi prin capacitatea ei de a-şi reintroduce propriile produse (idei, concepţii, teorii) în circuitul informaţional, devenind, în felul acesta, un declanşator al unor noi procese intelectuale.

Din punct de vedere descriptiv-explicativ gândirea este definită astfel: proces psihic de reflectare a însuşirilor esenţiale şi generale ale obiectelor şi fenomenelor, a relaţiilor dintre acestea, în mod mijlocit, generalizat, abstract şi cu scop prin intermediul noţiunilor, judecăţilor şi raţionamentelor.

Pentru a explica această noţiune complexă să purcedem la prezentarea celor mai semnificative ***caracteristici psihologice ale gândirii***:

1. *Caracterul informaţional-operaţional.*

Gândirea este un mecanism de prelucrare, interpretare şi evaluare a informaţiilor. Ea nu se mulţumeşte, aşa cum face percepţia, cu însuşirile exterioare ale obiectului şi fenomenelor, ci accede la surprinderea însuşirilor interne ale acestora şi mai ales a relaţiilor dintre ele.

2. Caracterul mijlocit şi mijlocitor.

Gândirea nu operează asupra realului, asupra obiectelor şi fenomenelor, ci asupra informaţiilor furnizate de senzaţii, percepţii şi reprezentări. Ea este mediată de informaţiile stocate în memorie şi poate cel mai pregnant, gândirea este mijlocită de limbaj. Deci, valoarea şi calitatea gândirii vor depinde de calitatea factorilor mijlocitori. Dar şi gândirea le mijloceşte şi le

influenţează pe toate celelalte, contribuind la sporirea eficienţei lor. Ea atribuie un înţeles imaginilor perceptive, utilizează denumiri verbale, se implică activ în marea majoritate a procedeelor imaginaţiei, direcţionează fluxurile afectiv-motivaţionale, contribuie la realizarea reglajului voluntar.

3. Caracterul generalizat şi abstractizat.

Generalizând şi făcând abstracţie de la obiectivele concrete, gândirea se îndepărtează doar aparent de realitate, ceea ce-i oferă posibilitatea de a se debara de încărcătura elementelor nesemnificative.

4. Caracterul finalist.

Omul îşi stabileşte scopul nu în timpul desfăşurării activităţii, ci cu mult înainte de a trece la executarea ei. Când gândirea s-a finalizat într-un anume produs (idee, judecată, raţionament), se trece adeseori la raţionalizarea lor. Omul nu gândeşte doar de dragul de a gândi, ci cu un dublu scop: pentru a-şi declanşa, organiza şi optimiza propria sa activitate, fie pentru a justifica sau motiva prin explicaţii şi argumente acţiunile deja săvârşite, chiar dacă aceste cauze sunt altele decât cele care au stat realmente la baza comportamentelor executate.

5. Caracterul multidirecţional.

Spre deosebire de alte mecanisme psihice orientate spre o singură dimensiune temporală (percepţia spre prezent, memoria spre trecut, imaginaţia spre viitor), gândirea le cuprinde pe toate cele trei. Prin aceasta, ea serveşte la permanenta ordonare şi corelare a diferitelor „stări" ale obiectului cunoaşterii.

Sistematizând şi sintetizând ideile mai multor autori, putem spune că gândirea se compune din următoarele ***unităţi de bază*** (componente):

- *imaginea* – reprezentarea mintală a unui obiect specific, unitatea cea mai primitivă a gândirii;
- *simbolul* – o unitate mai abstractă, care redă obiectul, evenimentul, cel mai simplu simbol fiind cuvântul;
- *conceptul* – o etichetă pusă unei clase de obiecte, evenimente, care au în comun câteva atribute;
- *operaţia* – acţiune interiorizată, reversibilă, care serveşte la formarea conceptelor sau la rezolvarea problemelor;
- *regula sau legea* – cea mai complexă unitate a gândirii, ce presupune stabilirea relaţiei dintre două sau mai multe concepte.

Când utilizăm simboluri sau concepte, imagini interne şi când rezolvăm mintal probleme, spunem că gândim.

Unii autori pun semnul egalităţii între gândire şi inteligenţă. Abia în anii '40 Gaston Viand precizează că *inteligenţa* este facultatea de a cunoaşte şi înţelege sau eficacitatea mintală (randamentul mecanismelor mintale). Aşadar, inteligenţa include în sine gândirea, dar nu se reduce la ea. Există o relaţie de interdependenţă între ele, dar nu trebuie să se ajungă la identificarea lor.

2.2. Operaţiile fundamentale ale gândirii

1. Analiza şi sinteza

Dacă analiza şi sinteza senzorială presupun acţiunea în plan material (obiectual), atunci analiza şi sinteza ca operaţii ale gândirii implică acţiunea în plan mintal. Aceste operaţii sunt corelative. Astfel, în timp ce analiza presupune dezmembrarea mintală a obiectelor în elementele lui componente în vederea determinării proprietăţilor esenţiale, sinteza porneşte de la însuşirile date izolat, reconstituind mintal obiectul. Şi nu este o simplă asociere, ci o relaţionare logică a părţilor pentru dezvăluirea specificului (desprinderea obiectului dintr-un ansamblu haotic şi includerea lui într-o clasă).

2. Abstractizarea şi generalizarea

Sunt strâns legate de analiză şi sinteză, de altfel, continuări sau exprimări ale lor în plan mintal.

Abstractizarea este operaţia gândirii prin care se evidenţiază însuşirile esenţiale şi omiterea, înlăturarea celor neesenţiale (o analiză selectivă). Prin operaţia de abstractizare se ajunge să se reţină în plan mintal doar însuşirea comună. De exemplu: toţi sunt oameni şi au aceleaşi drepturi, abstracţie făcând de vârstă, sex, apartenenţă etnică, profesie etc.

Generalizarea este o operaţie predominant sintetică şi înseamnă reunirea însuşirilor unui obiect asupra unei categorii de obiecte. De exemplu: simptomele, ce apar în câteva cazuri de îmbolnăviri, sunt considerate a fi caracteristice pentru anumită boală în genere. Sau ceea ce se constată prin examen microscopic şi analiză chimică la un ţesut celular se dă ca atribut general al acestei categorii de ţesuturi.

3. Comparaţia

Este o operaţie a gândirii implicată ca premisă sau ca mijloc în toate celelalte şi presupune stabilirea mintală a asemănărilor şi deosebirilor dintre obiecte şi fenomene pe baza unui criteriu. Ea este considerată de marea majoritate a psihologilor o structură logică elementară a gândirii, o operaţie primară.

Comparaţia începe cu un act sintetic (care constă în corelarea însuşirilor), continuă cu unul analitic (deci desprinderea asemănărilor şi deosebirilor) şi se finalizează printr-o nouă sinteză şi generalizare (ceea ce este comun uneşte însuşirile respective). S-a constatat că similitudinea, cât şi deosebirea mare îngreuiază comparaţia, iar operarea pe baza materialului verbal asigură un randament crescut al comparaţiei.

4. Concretizarea logică

Concretizarea este un proces de ilustrare sau de lămurire a unei teze generale cu ajutorul unui exemplu, trecerea de la abstract la concret. Concretul logic este obiectul mintal categorial; el este forma sub care există conceptul. Există cazuri când studenţii, deşi deţin generalul şi definesc bine o noţiune, nu pot opera cu relaţiile cuprinse în ea, mai ales atunci când este vorba de rezolvarea unor probleme practice (unde se implică obiecte complexe şi nicidecum cu însuşiri izolate ale acestora).

5. Sistematizarea este ordonarea minatală şi consecutivă a obiectelor, care la momentul dat se află în haos, dezordine. Altfel spus, a pune lucrurile în relaţiile lor logice, normale.

6. Particularizarea este operaţia prin care se stabilesc trăsăturile specifice, proprii doar obiectului dat. Se stabileşte originalitatea unui obiect sau a unei persoane.

2.3. Formele logice ale gândirii

Dacă gândirea este un proces, înseamnă că ea produce ceva, ceea ce produce gândirea constituie un conţinut. Se ştie că orice conţinut tinde să aibă o formă. Forma pentru conţinut este spaţiul, în care acest conţinut există şi limitele acestui conţinut. Forma organizează şi structurează conţinutul şi prin aceasta îi dă entitate.

Prin urmare, am putea defini formele logice ale gândirii ca producţii intelectuale organizate şi structurate într-un anumit fel şi constituind un întreg, o entitate. Deci forma logică a gândirii constituie învelişul conţinutului gândirii, în care acest conţinut poate să existe şi să funcţioneze.

Există trei forme logice ale gândirii:

- noţiunea;
- judecata;
- raţionamentul.

Noţiunea este forma elementară a gândirii, celelalte fiind mai complexe. Noţiunea constituie un construct cognitiv, ce depăşeşte conţinutul nemijlocit al percepţiei. Noţiunea este reflectarea a ceea ce este dincolo de percepţie. Dar ea se constituie cu sprijinul percepţiei. Noţiunea definită sintetic, concentrat reprezintă *esenţa* reflectată a lucrului. Conţinutul, corespondentul noţiunii în plan senzorial este imaginea perceptivă.

Sinonimele termenului „noţiuni" sunt *concept, categorie*. Noţiunea reprezintă partea spirituală, ideală a cuvântului, căci acesta ca semn are două părţi: corp sonor (şirul de litere) şi sens (semnificaţia).

Termenul exprimă o noţiune ştiinţifică, nu una empirică, obişnuită. Fiecare ştiinţă îşi elaborează sistemele sale de concepte, iar aceste concepte sunt experimentate prin termeni.

Pot fi identificate următoarele *feluri* de noţiuni:

1) noţiunea *concretă* – este acea, care are numai un corespondent perceptiv; noţiunea *abstractă* nu are aceste corespondente (exemplu: curaj, ideal);

2) noţiuni *teoretice* – sunt noţiunile definite precis, exact, clar, după toate rigorile, exprimate prin termeni. Noţiuni *empirice* – sunt noţiuni exprimate vag, prezintă caracteristici neesenţiale;

3) noţiunea *gen – specie* (exemplu: floare – crin) ;

4) noţiuni *independente* – pot exista numai singure (exemplu: soare, geantă);

Noţiuni corelative – pot exista numai în perechi şi sunt opuse (exemplu: dragoste – ură).

5) noţiuni *logice* – cu statut de standard, etalon, produs al unei colectivităţi umane. Noţiuni *psihologice* – ce reflectă înţelegerea obiectului dat de individul concret şi poate avea particularităţile sale individuale. La oamenii foarte dezvoltaţi noţiunile psihologice corespund celor de etalon.

Judecata – este o formă a gândirii, prin care subiectul afirmă sau neagă ceva (despre ceva). Judecata este alcătuită din noţiuni.

Structura judecăţii:

- subiectul logic;
- predicatul logic.

Subiectul **–** este acel ceva, despre care se afirmă sau se neagă un lucru.

Predicatul **–** exprimă afirmaţia sau negaţia. (Predicatul logic afirmă sau neagă starea obiectului).

Diverse judecăţi:

I. După cum se neagă sau se afirmă ceva:
   a) afirmative (exemplu: psihologia este o ştiinţă);
   b) negative (exemplu: gândirea nu este o stare psihică);
   c) nedefinite (exemplu: Marina este sora mea).

II. După raportul de adevăr:
   a) adevărate (exemplu: Mingea are formă specifică);
   b) false (exemplu: vara ninge).

III. Judecăţi de relaţie – se stabileşte legătura dintre două sau mai multe obiecte.

IV. Judecăţi de apartenenţă – se stabileşte dacă un lucru aparţine unui grup.

V. Judecăţi de valoare – subiectului logic i se atribuie o valoare (exemplu: bun, frumos).

Raţionamentul este o formă logică a gândirii, prin care se obţin informaţii noi din combinarea celor deja existente în memorie. Există două feluri de raţionamente:

1) inductive – constituie modalitatea de producere a unei ipoteze generale pe baza unor date particulare (de la simplu la compus);

2) deductive – prin care se urmăreşte obţinerea de noi informaţii pe baza unor premise date.

Raţionamentele deductive sunt de trei tipuri:

1) *silogistic* **–** este compus din trei judecăţi – două premise şi concluzia (exemplu: Toţi oamenii sunt muritori. Socrate este om = Socrate este muritor);

2) *ipotetico-deductiv* alcătuit din trei judecăți, dintre care prima exprimă condiționarea unui fenomen de alt fenomen, iar concluzia apare ca o consecință. De obicei, concluzia este o ipoteză, o presupunere (exemplu: Dacă e ziuă, atunci e lumină. E ziuă = deci e lumină)

3) *liniar* – este alcătuit din două premise şi o concluzie. Premisele exprimă relația dintre două noțiuni, două obiecte, două fenomene etc., iar concluzia exprimă relația dintre obiectele neadiacente (exemplu: Ion este mai mare ca Victor. Nicu este mai mic ca Victor = Deci Ion este mai mare ca Nicu şi Victor).

2.4. Clasificarea gândirii. Criterii de clasificare

Gândirea omului nu este uniformă, nu funcționează la fel la toți oamenii sau la unul şi acelaşi om în momente şi în situații diferite. Există numeroase tipologii, ne vom referi însă doar la câteva criterii, şi anume:

I. După orientare:

a) gândirea direcționată;

b) gândirea nedirecționată.

Gândirea direcționată sau directă este sistemică şi logică, deliberată şi intenționată, ghidată de scop, cu ajutorul ei oamenii rezolvă probleme, formulează legi, îşi realizează obiectele propuse (drept exemplu tipic este sinectica, care se bazează pe respectarea unor reguli, pesupune critică şi discuții contradictorii).

Gândirea nedirecțională sau nondirectivă se caracterizează prin mişcarea liberă spontană a gândurilor, fără a fi orientată de un scop sau de un plan. Ea este implicată de imaginație, fantezie, reverie, oamenii recurgând la ea pentru a se relaxa. Gândirea nedirecționată are o mare importanță în pregătirea momentului gândirii direcționate, productive, creatoare, contribuind astfel indirect la soluționarea problemelor (drept exemplu poate servi brainstormingul, ce favorizează imaginația liberă, chiar aberantă, asociația spontană a ideilor după principiul „cantitatea generează calitatea", eliminarea criticii, duşman al imaginației).

II. După tipul operațiilor presupuse:

a) gândirea algoritmică;

b) gândirea euristică (redate în *tabelul 4*):

Tabelul 4

Gândirea algoritmică	Gândirea euristică
– rigidă	– flexibilă
– strict determinantă	– în curs de determinare
– maxim automatizată şi stereotipizată	– implică analiza prealabilă
– fixă şi reproductivă	– decizia este plastică şi inovatoare
– grad mare de standardizare	– grad mare de flexibilizare
– rutinieră, stăpânind teorii deja cucerite	– evolutivă, descoperind teorii noi
– presupune prudență, comoditate	– atitudini de inițiativă, independență.
– situații obişnuite	– condiții incerte, noi

Gândirea algoritmică este bazată pe trecerea succesivă de la un „pas” la altul, ceea ce va conduce în mod cert la rezolvarea problemei, pe când gândirea euristică are caracter arborescent, din fiecare „nod” subiectul trebuind să aleagă o cale din mai multe posibile, este o „scurtătură”, care ajută la reducerea efortului mintal rezultat sigur (încercări şi erori).

III. După finalitate:

a) gândirea reproductivă;

b) gândirea productivă;

c) gândirea critică.

Distincția dintre primele două tipuri de gândire a fost introdusă de către psihologul german Selz, care consideră că procesul gândirii trece treptat de la nivelul reproductiv al completării lacunelor dintr-o problemă la nivelul productiv al elaborării unor soluții noi. Drept exemplu poate servi o întâmplare din viața celebrului matematician Gauss. Pe când acesta avea 6 ani, profesorul a dat elevilor să calculeze cât mai rapid suma numerelor de la 1 la 10. În timp ce colegii lui mai calculau încă, Gauss a sesizat o nouă legitate – faptul că suma termenilor din poziții extreme este 11, deci suma finală va fi 55.

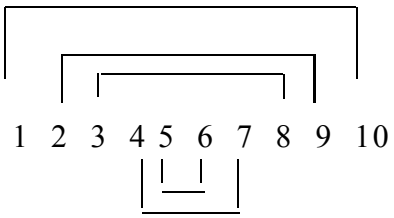


Fig. 12. **Exemplu de gândire productivă.**

Primul mod de operare al gândirii este simplist, automatizat şi stereotipizat, pe când al doilea este creativ.

Gândirea *critică* se centrează pe testarea şi evaluarea soluțiilor şi exploatărilor posibile.

IV. După sensul de evoluție există:

a) gândirea divergentă;

b) gândirea convergentă.

Gândirea divergentă manifestă tendința de diversificare şi multiplicare a soluțiilor în raport cu punctul inițial de plecare, fiind semnul distinctiv al flexibilității şi mobilității intelectuale a individului (prezența unor capacități cum ar fi: generarea cât mai multor produse, combinarea elementelor pentru obținerea cât mai multor variante etc).

Gândirea convergentă se mişcă în sens invers de la diversitate la unitate. Ea cuprinde capacități de tipul următor: de a comprima un număr variat de structuri semantice într-un număr relativ limitat, de a forma concepte pornind de la atributele obiectelor şi fenomenelor etc.

Guilford demonstrează că în gândirea convergentă relațiile sunt extrase din informația dată. Spre deosebire de ea, în gândirea divergentă există o mai mare libertate în producerea informației, dar nu totală. Gândirea divergentă a fost considerată caracteristica distinctivă a *creativității*, pe când gândirea convergentă, caracteristică distinctivă a *inteligenței.*

V. După demersurile logice:

a) gândirea inductivă;

b) deductivă;

c) analogică (analoagă).

Gândirea inductivă facilitează extragerea şi formularea unei concluzii generale dintr-o multitudine de cazuri particulare. Ea surprinde *regularitatea,* ceea ce este comun, constant invariabil.

Gândirea deductivă reprezintă mişcarea cunoaşterii în sens invers celei inductive, deci de la general la particular; este un excelent mijloc de a controla conceptele, relațiile şi legile obținute prin gândirea inductivă.

Prin gândirea deductivă, pornind de la o serie de legităţi deja stabilite, omul tinde spre obţinerea unor noi informaţii şi ajunge întotdeauna la o anumită concluzie.

Gândirea analogică constă în stabilirea similitudinilor dintre diverse obiecte, fenomene, evenimente, idei etc., acolo unde ele par a nu exista, în transferul de informaţie de la un obiect cunoscut, asimilat, la altul necunoscut încă. Pornind de la asemănările constante, gândirea analoagă emite ipoteze, ce urmează a fi verificate. Dacă gândirea inductivă se bazează pe tratarea informaţiilor de aceeaşi natură, gândirea analoagă cercetează fenomene extrem de variate.

VI. După valoare:

a) gândirea pozitivă;

b) gândirea negativă.

Aflaţi în faţa unor situaţii neobişnuite, imprevizibile, frustrante sau stresante, oamenii se angajează diferit în analizarea şi soluţionarea lor: unii se implică activ şi constructiv, iar alţii pasiv, defensiv. Primii pun în funcţiune aşa-numita gândire pozitivă („se poate"; „e greu, dar posibil", „să vedem cum putem ieşi din impas"), alţii dimpotrivă fac apel la gândirea negativă, care-l pune întotdeauna în faţă pe („nu", „nu se poate", „nu am nici o scăpare", „nu cred că voi fi în stare").

Această tipologie a fost tratată de Norman Vincent Peale în „The Power of Positive Thinking".

Gândirea pozitivă se caracterizează prin raţionalitate de orientare activă, constructivă pe direcţia depăşirii dificultăţilor, cea negativă prin pasivitate, neîncredere, lipsa angajării.

Iată câteva sfaturi menite de a contracara gândirea negativă (redate în *tabelul 5*):

Tabelul 5

1. Decât să spui „Nu ştiu"	mai bine spune „ O să aflu"
2. În loc să declari „Asta nu-i treaba mea"	vezi ce trebuie făcut şi acţionează
3. Decât să faci promisiuni	mai bine ţine-te de angajamente
4. În loc să spui „Nu sunt atât de ..."sau „ca alţii"	mai bine spune „Sunt bun, dar nu atât de bun pe cât pot fi"
5. Când sesizezi tendinţa de a utiliza etichetele negative	dă comanda „STOP" în limbaj interior

Persoanele, care gândesc negativ, sunt mai puţin eficiente, prezintă ostilitate, anxietate, nefericire, nu-şi fixează scopuri înalte, din frica de a nu le putea realiza. Anticiparea eşecului, sentimentele de inferioritate le împiedică să-şi valorifice posibilităţile. Deci educarea gândirii pozitive devine o necesitate atât la nivel individual, cât şi la nivel instituţional

VII. După eficienţă:

a) gândirea eficientă;

b) gândirea neeficientă.

Vor fi eficiente acele tipuri de gândire, care sunt adaptate situaţiilor şi cerinţelor acestora şi ineficiente – cele, care nu corespund sau se opun situaţiilor problematice. Dacă un individ se află într-o situaţie relativ familiară pe care ar putea-o soluţiona apelând la câteva modalităţi algoritmice, însă el caută, încearcă strategii noi apelând la gândirea euristică, atunci gândirea sa va fi ineficientă. Aşadar, nu există tipuri de gândire *exclusiv* eficiente şi ineficiente, ci tipuri de gândire *mai mult sau mai puţin eficiente* sau ineficiente, în funcţie de modul lor de utilizare. Un alt exemplu al gândirii creatoare eficiente este cuplajul dintre gândirea creatoare şi cea critică (soluţiile formulate trebuie evaluate, testate).

Tabelul 6

Exemple de gândire ineficientă

Premise false	Aspecte neglijate
1. *Eroarea „omului de paie"*: renunţarea la unele premise, când	1. *Suprasimplificarea:* descrierea unei situaţii ca şi când

există mai multe; găsirea unor contraargumente la premisele, care nu ne plac	ar avea câteva fațete, când în realitate are mai multe, cadrul de referință fiind limitat şi problema va fi simplificată.
2. *Ignorarea argumentelor* susținerea unui punct de vedere, aducându-se ca argument lipsa argumentelor contrare	2. *Eroarea „ alb sau negru”:* se produce atunci, când considerăm că există doar două alternative opuse, în realitate existând nu doar extreme, ci un continuum; între extreme există şi intermediari (faptele nu sunt doar bune sau rele, ci şi neutre).
3. *Ipoteze contrare faptelor:* formularea unor ipoteze, ce se împotrivesc la ceea ce ştim despre realitate şi care conduc la presupuneri vagi despre consecințele fenomenelor.	3. *Argumentul „bărbii”:* constă în folosirea poziției intermediare sau a continuumului prin neglijarea extremelor (provine de la un exemplu celebru: câte fire de păr are un om în barbă? Este greu de stabilit numărul de fire, dar asta nu înseamnă că omul cu barbă şi cel fără barbă nu există nici o diferență)
4. *Concluzia irelevantă. Ignorarea subiectului, ratarea faptelor, trecerea pe alături.*	4. *Folosirea greşită a mediei:* Constă în considerarea ca fiind corectă a unei poziții aflată la centru.
5. *Falsa analogie:* se încearcă analogia unor situații inițial distincte	5. *Adevăruri pe jumătate:* se bazează pe omisiuni de fapte
6. *Compoziția:* se presupune că întregul are caracteristicile părților	6. *Decizia prin indecizie:* se aşteaptă ca timpul sau evenimentele să decidă pentru individ.
7. *Diviziunea:* se presupune că ceea ce este adecvat pentru întreg este adecvat şi pentru parte	
8. *Argumentul circular*: concluzia, la care dorim să ajungem este conținută în premiză	
9. *Gândirea prin accident şi clişeu:* o declarație generală este aplicată în circumstanțe speciale (accidentale); recurgerea la clişee (aforisme, maxime, proverbe), care suprasimplifică	
10. *Inconsistența:* pornirea de la premise contradictorii sau cu anume grad de generalitate	

Dacă vrem să gândim eficient, trebuie să fim atenți la greşelile de limbaj, cu atât mai mult cu cât cuvintele şi frazele în utilizarea comună nu au acelaşi înțeles, mai mult, înțelesurile cuvintelor se schimbă constant, iar ideile sunt relative, depind de context.

Tabelul 7

Erori de limbaj, care afectează gândirea eficientă

Erori de limbaj	Momeli irelevante

1. *Depăşirea contextului:* – *eroarea ambiguităţii* (folosirea în acelaşi text a unor cuvinte în sensuri diferite)	1. *Apelul de la sentimente la milă:* în loc de argumente concrete, raţionale se folosesc argumente afective

Continuare

– *eroarea scoaterii din context* (extragerea unor cuvinte sau fraze din context, nemenţionînd contextul – citarea selectivă, adevărul pe jumătate 2. *Echivocul:* folosirea unui cuvânt al cărui sens e schimbat pe parcursul etapelor raţionamentului. 3. *Amfibolia*: acordarea mai multor înţelesuri unui termen, datorită construcţiei gramaticale ambigue („i-a spus tatălui că este nebun", „să vii cu tata tuns la şcoală") 4. *Folosirea greşită a cuvintelor evaluative:* cauzează o falsă evaluare şi conduce la etichetări eronate, jignire 5. *Obfuscarea:* folosirea limbajului pentru ascunderea adevărului (prin generalităţi vagi sau a jargonului de specialitate) 6. *„Despicarea firului în patru":* încercarea de a distinge clase diferite când nu este posibil sau când distingerea este irelevantă 7. *Întrebarea complexă:* presupune un răspuns la o întrebare iniţială, care nici n-a fost formulată, conectarea a două idei, care sunt sau ar trebui separate	2. *Atacul la persoană:* bazat pe presupunerea că orice discreditează o persoană discreditează şi punctele sale de vedere 3.*„Otrăvirea gândirii":* asemănătoare cu precedenta, dar nu se referă la un oponent anume, ci la oricine, asociat cu o anumită poziţie (dintr-o fântână nu bea doar o singură persoană, ci oricine, de aceea a otrăvi fântâna înseamnă a discredita toate punctele de vedere şi toate poziţiile asociate lor) 4. *Apelul la forţă*: când argumentele logice se termină, se apelează la „băţ" 5. *Abuzul de autoritate:* exagerarea încrederii în autoritatea unei persoane 6. *Argumentul" vagonului cu călătorii":* considerarea corectă a unui punct de vedere pentru că şi alţii îl împărtăşesc 7. *Diversiunea*: derutarea adversarului, devierea direcţiei prin ridicarea altor probleme; apelul la umanitate

Important este faptul că stilul gândirii eficiente se formează în timp (ceea ce semeni aceea culegi). Formarea unei gândiri eficiente este cu atât mai necesară cu cât în ultimul timp problema eficienţei umane şi sociale a devenit prioritară. Eficienţa trebuie să fie o trăsătură esenţială nu doar a gândirii umane, ci a întregii personalităţi.

2.5. Procesele gândirii

1. Învăţarea cognitivă se bazează pe înţelegere. În dezvoltarea psihică şi în constituirea personalităţii adulte activitatea de învăţare îndeplineşte un rol conducător şi decisiv. În linii generale prin învăţare se dobândesc noi comportamente. Copilul învaţă să meargă, să vorbească, să se raporteze la ceilalţi, să acţioneze în cele mai diverse moduri, să numere, să scrie, să citească, să se conducă după valorile adevărului, binelui şi frumosului, să participe la viaţa socială şi la activitatea profesională etc. Toate, inclusiv ştiinţa, cultura, profesia, se dobândesc prin învăţare.

Între procesele psihice şi învăţare sunt raporturi de interdependenţă. Activitatea de învăţare antrenează şi implică toate procesele şi funcţiile psihice (percepţia, imaginaţia, cu deosebire gândirea şi memoria, motivaţia şi afectivitatea, şi în mod special limbajul, voinţa şi atenţia. În

consecință, este important pentru dezvoltarea proprie nu numai efortul de învățare, ci şi modul cum înveți.

Învățarea cognitivă contribuie şi se sprijină pe dezvoltarea analizei şi sintezei, abstractizării şi generalizării, a comparației, clasificării, a sistematizării şi organizării logice a gândirii. Tocmai de aceea învățarea cognitivă este solidară cu înțelegerea integrală şi aprofundată a materialului supus studiului şi propune cultivarea inteligenței. Cea mai activă şi productivă strategie a învățării cognitive este problematizarea şi activitatea de rezolvare a problemelor.

2. Înțelegerea este acel proces al gândirii, care constă în suprapunerea *sensului* pe care îl poartă un anumit simbol (semn) şi pe care îl exprimă:

- constituie un act intelectual, prin care se descoperă sensul cuvintelor, lucrurilor;
- este actul intelectual de surprindere a ideii exprimate într-un enunț;
- descoperirea esenței lucrurilor, care se află dincolo de perceptibil;
- stabilirea relației dintre semnificant şi semnificație.

Prin urmare, a înțelege ceva ar însemna descoperirea sensurilor lucrurilor, care sunt latente, ascunse, imperceptibile; este un act de trecere de la sesizabil, insesizabil.

Obiectul înțelegerii ca proces este de obicei o problemă de tipul „Ce înseamnă aceasta?", sau „Ce s-a întâmplat?" şi elaborarea răspunsului.

Procesul înțelegerii are ca produs reuşita subiectului sau insuccesul lui. Ce înseamnă că cineva a înțeles? Manifestările subiectului:

– acțiuni adecvate (Dă-mi jucăria – şi copilul aduce);
– el poate redefini termenul, lucrul etc. (poate reformula cu cuvintele sale);
– poate explica altcuiva;
– poate exemplifica, poate ilustra.

Felurile înțelegerii:

1. *Adecvată* – când subiectul înțelege exact;
   neadecvată – este o eroare a înțelegerii.
2. *Complexă* – surprinderea tuturor caracteristicilor esențiale ale obiectului;
   parțială – sau incompletă, deci surprinderea doar a unei părți din caracteristicile esențiale.
3. *Clară* – exactă, limpede;
   confuză – imprecisă.
4. *Profundă* – ce surprinde sensurile ascunse (exemplu: textul biblic are 7 trepte de adâncime);
   superficială – surprinde doar partea vizibilă a lucrurilor.
5. *Lentă* – înceată („Ajunge ca la girafă");
   promptă – rapidă.
6. *Discursivă* – o înțelegere desfăşurată pe etape;
   intuitivă – iluminare rapidă + învățare cognitivă (anterior).

3. Rezolvarea de probleme este acel proces al gândirii, care constă în depăşirea prin mijloace cognitive (nu acțiuni) a unui obstacol cognitiv şi transformarea necunoscutului în cunoscut.

– procesul de elaborare a soluției problemei prin combinarea şi recombinarea datelor experienței anterioare în funcție de cerințele problemei;
– a rezolva o problemă înseamnă a-i găsi soluția.

Elementele procesului de rezolvare a problemei:

a) Problema este o dificultate cognitivă, un obstacol, care implică una sau mai multe necunoscute şi față de care repertoriul de răspunsuri (de care dispune subiectul la momentul dat) este insuficient.

Problema apare atunci când subiectul îşi pune un scop şi nu ştie cum să ajungă la el. Apariția problemei provoacă o stare de alertă, nelinişte, care până la urmă se cristalizează într-un motiv de a acționa.

b) Situaţia de problemă este împrejurarea concretă, în care apare, se dezvoltă şi funcţionează problema. Este situaţia, în care apare conflictul cognitiv între „nu ştiu” şi „ trebuie să ştiu”.

c) Rezolvitorul – subiectul, care îşi pune o problemă, caută şi-i găseşte soluţia.

d) Soluţia – răspunsul la întrebarea problemei sau rezultatul obţinut.

Există 2 tipuri de probleme:

1) problemă bine definită, unde starea iniţială şi cea finală, operaţiile şi regulile sunt bine definite (exemplu: problema „Turnul din Hanoi”);

2) problemă insuficient definită, în care aceste date nu sunt clar şi complet descrise (exemplu: alegerea profesiei sau partenerului de viaţă).

Pentru ca o problemă insuficient definită să fie rezolvată cu succes, ea trebuie transformată în problemă bine definită.

Fazele rezolvării problemelor:

1) surprinderea şi perceperea problemei (problema furnizată de viaţă este sesizată, iar cea propusă de profesor este percepută);

2) analiza primară a problemei (ce este dat şi ce trebuie să se afle);

3) identificarea tipului de problemă pentru a şti ce strategii sunt binevenite;

4) elaborarea sau alegerea strategiei pozitive din cele deja existente;

5) elaborarea planului concret, detaliat al procesului de rezolvare a problemei (pas cu pas);

6) executarea planului (rezolvarea propriu-zisă);

7) verificarea soluţiei obţinute (dacă este justă sau falsă);

Strategia reprezintă principiul sau modul general de rezolvare a problemei. Tipurile de strategii:

1. După criteriul direcţiei mişcării:

– strategii prospective, care se mişcă de la starea iniţială la cea finală (exemplu: „Turnul din Hanoi”);

– strategii retrospective, care se mişcă înapoi de la starea finală la cea iniţială (exemplu: probleme din geometrie).

2. După criteriu certitudinii rezolvării:

– algoritmică (exemplu: problemă matematică) asigură 100% în obţinerea soluţiei corecte, este o strategie sigură, ce garantează succesul;

– euristică (exemplu: tabla de şah) nu asigură întotdeauna succesul în obţinerea rezultatului, ea doar uşurează accesul la soluţie.

4. Luarea deciziei este acel proces al gândirii, care constă în a selecta o alternativă din mai multe disponibile la un moment dat:

– este procesul de alegere a unei linii anumite de conduită într-o situaţie nedeterminată, incertă, confuză;

– înseamnă a face o opţiune pentru o anumită alternativă, utilizând unul sau mai multe criterii.

Fazele actului decizional:

1) identificarea tuturor alternativelor de conduită („Ce voi face eu?”);

2) obţinerea de informaţii pertinente fiecărei alternative (informaţia necesară şi suficientă);

3) analiza comparativă a beneficiului şi utilităţii aşteptate (însemnătatea) în legătură cu fiecare alternativă şi întocmirea listei ierarhice, ordonate de alternative, conform semnificaţiei (I cea mai importantă, II mai puţin importantă etc.);

4) luarea efectivă a deciziei sau opţiunea, conform criteriilor puse la bază.

Strategii sau tehnici de luare a deciziilor

1. *Raţionale* – decidentul cunoaşte toate alternativele de conduită în situaţia dată şi are timp suficient pentru a analiza şi evalua fiecare alternativă.

2. *Intuitive (neraţionale)* – se folosesc în cazul deficitului de timp şi de cunoştinţe. Sunt potrivite în situaţiile când decizia trebuie luată la moment, prompt. Dacă strategiile raţionale fac apel exclusiv la judecată, atunci cele intuitive se bazează pe inconştient.

5. Creativitatea – este o formaţiune psihologică, care, fiind pusă în funcţiune, produce ceva nou, original şi socialmente util.

Creativitatea se poate realiza, manifesta în prezenţa a două condiţii psihice:

1) conştiinţa de libertate a subiectului („Sunt liber”);

2) conştiinţa securităţii individuale („Nu mă ameninţă nimic”).

Factorii, care influenţează conştiinţa libertăţii şi securităţii, sunt de 2 tipuri:

a) interni (conştiinţa libertăţii ca valoare supremă a existenţei umane, curajul, nonconformismul);

b) externi (familia, şcoala, societatea).

Specificul personalităţii creative:

- este performantă (realizează succese deosebite);
- simte nevoia de ordine cognitivă;
- este impulsionată de curiozitate;
- este imperativ (nu acceptă să fie condus);
- este mai puţin inhibat, mai puţin convenţional;
- este perseverent, autodisciplinat, îi place munca;
- este independent şi autonom;
- este critic în mod constructiv;
- este larg informat;
- este receptiv la sentimente şi emoţii;
- criteriul estetic este pentru ei unul de bază;
- poate adapta valorile la mediul său ambiant;
- poate manifesta interese feminine dacă este bărbat (gătitul) sau masculine dacă este femeie;
- nu se face dependent de poziţia socială, se conduce după propriile reguli;
- este implicat în dezvoltarea şi realizarea de sine.

Tema 3. IMAGINAŢIA

3.1. Caracteristica generală a imaginaţiei

Activitatea umană nu se limitează la captarea, înregistrarea şi prelucrarea informaţiilor actuale, prezente. Ea nu este eficientă prin simpla readucere a trecutului în prezent, chiar dacă o face în funcţie de condiţiile schimbate ale prezentului. Pentru a fi eficientă şi adaptată, activitatea trebuie să anticipe, să prefigureze viitorul obiectului, al situaţiei, al evenimentului. Acest lucru este posibil datorită intrării în funcţie a unui nou mecanism psihic, cu ajutorul căruia informaţiile actuale şi cele trecute sunt transformate, modificate, transfigurate, mai mult, sunt create altele noi. Acest nou mecanism psihic poartă numele de imaginaţie.

Imaginaţia se defineşte ca proces psihic cognitiv complex de elaborare a unor imagini şi proiecte noi, pe baza combinării şi transformării experienţei.

Imaginaţia este un proces psihic cognitiv, care constă în crearea imaginilor, obiectelor şi fenomenelor anterior nepercepute.

Imaginaţia este acel proces psihic, al cărui rezultat îl constituie obţinerea unor reacţii, fenomene psihice noi pe plan cognitiv, afectiv sau motor.

În procesul adaptare *activă, transformativă* şi *creatoare,* imaginaţia joacă un rol deosebit de important. Prin intermediul ei, câmpul cunoaşterii umane se lărgeşte foarte mult, omul fiind capabil de performanţă unică de a realiza unitatea între trecut, prezent şi viitor. Detaşându-se de

prezentul imediat, de „aici şi acum," omul îşi organizează şi proiectează acţiunile anticipând atât drumul ce va fi parcurs, cât şi rezultatele, care vor fi obţinute. Dispunând de imaginaţie, omul poate să-şi elaboreze mental scopul acţiunii şi planul desfăşurării ei, iar pe baza acestora să o desfăşoare orientat şi permanent reglat cu minimum de erori şi cu mare eficienţă.

Imaginaţia interacţionează cu toate procesele şi funcţiile psihice şi îndeosebi cu memoria, gândirea, limbajul.

Motivele şi trăirile afective întreţin o receptivitate crescută pentru anumite elemente ale realului, permit aducerea acestora în prim plan, reliefarea lor după alte criterii decât cele ale gândirii, generează legături şi restructurări noi. Se ştie că momentele de intensă trăire afectivă sunt urmate de un maximum al productivităţii imaginative. S-a constatat că nivelul crescut al afectivităţii, chiar când are o tonalitate negativă, este mai favorabil combinărilor imaginative decât trăirile afective pozitive, dar slabe.

Totodată procesul de obţinere prin imaginaţie a noului implică interacţiuni cu toate componentele sistemului psihic uman, cum ar fi: dorinţele, aspiraţiile, profunzimea înţelegerii, orientările dominante, trăirile profunde ale evenimentelor, experienţa proprie de viaţă, dinamica temperamentală, într-un cuvânt, întreaga personalitate. Astfel produsul *exprimă personalitatea,* originalitatea acesteia şi el este *însuşi original,* fie în raport cu experienţa individuală, fie cu cea socială.

3.2. Funcţiile imaginaţiei

O investigare, fie şi sumară, a literaturii de specialitate evidenţiază acurateţea, cu care au fost conştientizate funcţiile imaginaţiei încă de multă vreme, chiar şi atunci când cunoaşterea psihologică stătea sub semnul precarităţii. Dugas vorbea încă în a. 1903 de „puterea de obiectivare" şi de „forţa combinatorie" a imaginaţiei.

Cele două funcţii ale imaginaţiei sunt foarte strâns corelate între ele. Practic, imaginaţia apare ca fiind puterea de a forma imagini sau reprezentări, dar şi puterea de a atribui viaţă reprezentărilor, de a le transforma în credinţe şi acte, într-un cuvânt, după cum demonstrează Dugas, de a le obiectiva. „*Obiectivarea este inerentă imaginilor, se întâlneşte întotdeauna în ele anumite grade, este un element natural, constitutiv, nu întâmplător şi supraadăugat."*

Combinarea imaginilor, de care vorbea Dugas, se prezintă sub două forme: cea a *imaginaţiei reproductive* (ca simplă restauratoare a trecutului, ca o imaginaţie evocatoare, fără invenţie, care aproape că nici nu merită numele de imaginaţie) şi *imaginaţia productivă sau creatoare* (ca reorganizatoare a reprezentărilor sau ca o „constructoare" a acestora). Surprinzător este faptul că încă de la începutul secolului Dugas nu numai că intuia funcţia constructivă sau creatoare a imaginaţiei, dar o şi explica şi o argumenta.

Meyerson creionează funcţiile imaginaţiei, pornind de la un caracter al imaginii: concret şi semnificativ. Pentru el imaginaţia este un *tablou*, dar şi un *semn*; în calitate de tablou ea *ilustrează* şi *realizează,* în calitate de semn ea *indică* şi *semnifică.*

Funcţia de ilustrare: imaginaţia ilustrează conţinuturile conştiinţei, care prin natura lor pretind figurarea concretă, intuitivă; imaginaţia ilustrează, dar şi rezumă, aşa încât ea este o figurare simbolică.

Funcţia de realizare: constă în materializarea abstractului; imaginaţia întoarce gândirea spre concretul, pe care conceptul îl demonstrează; funcţia dată presupune printre altele şi verificarea unei idei abstracte printr-un exemplu.

Funcţia de indicare: imaginaţia marchează un conţinut, îl delimitează, îl opune sau altuia sau altora, îl asociază cu altele; ea este un indiciu, o marcă, o etichetă, o aluzie.

Funcţia de semnificare: imaginaţia explică, rezumă, precizează, serveşte gândirii, care generalizează, marchează fluiditatea gândirii, continuitatea experienţei personale, ea este concomitent trecut şi viitor, evocă, anticipă, prelungeşte; totodată poate fi şi mai puţin activă; ca urmare, ea trenează, reţine, impiedică.

Biervliet menţionează că „*cel mai mare beneficiu al imaginaţiei îl reprezintă multiplicarea formelor sensibile, care nasc emoţii estetice; admirarea frumuseţii sub diversele ei aspecte contribuie la creşterea nivelului moral al umanităţii*.” Sunt surprinse în aceste cuvinte funcţia multiplicatoare a imaginaţiei şi rolul ei în planul vieţii sociale.

Blazer din perspectiva psihanalitică se referă la următoarele funcţii ale imaginaţiei:

a) *de descărcare tensională* (catharsis) prin regresiune la un nivel elementar, în situaţii critice;

b) *de proiectare* a conflictelor dintre tendinţele opuse;

c) *de substituire***,** prin alte scopuri, a acţiunilor interzise sau imposibile;

d) *de compensare,* prin satisfacerea fantastică a dorinţelor, real nesatisfăcute.

Psihologia contemporană reduce funcţiile imaginaţiei doar la trei:

a) *de expresie* a realului, simţit sau gândit;

b) *de deformare* a realului, fie pentru a-l simula, fie pentru a-i explora posibilităţile;

c) *de relevare* a unui real ascuns.

Multitudinea şi varietatea funcţiilor imaginaţiei consacră nu doar locul şi rolul ei de excepţie în viaţa personală şi socială a omului, dar şi faptul că ea reprezintă una dintre cele mai înalte cuceriri ale psihicului uman.

3.3. Formele imaginaţiei

Fiind un proces foarte complex, imaginaţia se desfăşoară în forme variate. S-au folosit mai multe criterii de clasificare, însă unul s-a impus mai mult; este vorba de prezenţa intenţionalităţii în actele imaginative şi astfel s-au grupat următoarele forme:

a) *imaginaţie involuntară*: visul din timpul somnului şi reveria;

a) *imaginaţia voluntară*: reproductivă, creatoare şi visul de perspectivă.

1. Visul din timpul somnului presupune o înlănţuire de imagini, emoţii, reflecţii, care apar în starea de somn paradoxal şi faţă de care subiectul este mai mult spectator, neputndu-le dirija şi nici înţelege imediat şi care apar ca absurde şi haotice. În unele vise, imaginile se derulează cu o anumită coerenţă, ca scenele unei piese de teatru, de aceea se spune că au *caracter scenic*. De cele mai multe ori, acestea sunt legate de dorinţele şi aşteptările persoanei, care nu sunt satisfăcute în stare de veghe sau sunt chiar inhibate conştient şi voluntar.

Visele au de asemenea un *caracter simbolic* şi pot fi descifrate. Această descifrare se face numai prin analiza acţiunilor, relaţiilor, preocupărilor persoanei în starea de veghe.

2. Reveria

Oricine se află într-o stare de relaxare tinde să-şi lase gândurile să-i vagabondeze. Pornind de la ceea ce vede sau de la o idee, care i-a rămas în minte, începe să se deruleze, în plan mintal, un şir nesfârşit de imagini şi idei propulsate de dorinţe şi aşteptări. Reveria este un fel de experiment mintal privind îndeplinirea dorinţelor şi tendinţelor şi poate reprezenta, într-o anumită măsură, un fel de satisfacere fictivă a acestora, reducând, astfel, tensiunea internă psihică, generată de ele.

Reveria poate ocaziona combinaţii noi şi originale, care pot apoi fi valorificate în formele superioare ale imaginaţiei. De aceea, unii autori recomandă reveria de scurtă durată ca o cale de stimulare a creativităţii. Dar reveria prelungită poate fi defavorabilă dezvoltării personalităţii, pentru că satisfacerea fictivă a dorinţelor poate anula activitatea reală, practică, eficientă.

3. Imaginaţia reproductivă este o formă activă, conştientă şi voluntară, constând în construirea mintală a imaginii unor realităţi existente în prezent sau în trecut, dar care nu pot fi percepute direct. Combinarea de imagini şi idei se realizează sub influenţa unor indicaţii concrete, a unor schiţe sau, cel mai frecvent, a indicaţiilor şi descrierilor verbale.

Imaginaţia reproductivă permite minţii umane să-şi lărgească foarte mult câmpul de acţiune. Imaginaţia reproductivă întreţine interesul şi starea optimă de atenţie în lectura unor cărţi etc.

4. Imaginația creatoare este cea mai complexă şi valoroasă formă a imaginației voluntare şi active. Ea se deosebeşte de cea reproductivă, pentru că este orientată *spre ceea ce este posibil, spre ceea ce ține de viitor, spre ceea ce este nou.*

Produsul imaginației creatoare este un proiect mental, caracterizat prin *noutate, originalitate şi ingeniozitate.* Combinarea sa este complexă, desfăşurată în mai multe faze şi caracterizată prin: *bogăția procedeelor, ineditul utilizării lor, valorificarea combinațiilor inconştiente, unificarea tuturor disponibilităților personalității, susținere afectiv-emoțională valoroasă.*

Imaginația creatoare este stimulată şi susținută de motive şi atitudini creatoare: interesul pentru nou, trebuința de autorealizare, încrederea în posibilitățile proprii, curiozitatea, respingerea rutinei, tendința de a se aventura în necunoscut etc.

Imaginația creatoare este implicată în toate activitățile omului. Ea favorizează apariția unor ipoteze, inventarea unor noi căi şi metode, a unor construcții tehnice, producții artistice etc.

5. Visul de perspectivă este o formă activă şi voluntară a imaginației, constând în proiectarea mentală a drumului propriu de dezvoltare în acord cu posibilitățile personale şi cu condițiile şi cerințele sociale. El are o funcție importantă în motivarea activităților curente, a opțiunilor profesionale, a acțiunilor de autoformare şi autoeducare.

3.4. Însuşirile imaginației

Imaginația presupune trei însuşiri: fluiditatea, plasticitatea, originalitatea.

a) fluiditatea este posibilitatea de a ne imagina în scurt timp un mare număr de imagini, idei, situații etc.; sunt oamenii, care ne surprind prin ceea ce numim în mod obişnuit „bogăția" de idei, viziuni, unele complet năstrușnice, dar care nouă nu ne-ar putea trece prin minte;

b) plasticitatea constă în uşurința de a schimba punctul de vedere, modul de aprobare a unei probleme, când un procedeu se dovedeşte inoperat; sunt persoane „rigide", care greu renunță la o metodă, deşi se dovedeşte a fi ineficientă,

c) originalitatea este expresia noutății, a inovației, ea se poate constata, când vrem să testăm posibilitățile cuiva, prin raritatea statistică a unui răspuns, a unei idei.

Fiecare dintre aceste trei însuşiri are însemnătatea ei; caracteristica principală rămâne *originalitatea,* ea garantând valoarea rezultatului muncii creatoare.

3.5. Procedeele fundamentale ale imaginației

Imaginarea unor obiecte, simboluri, idei implică două procese (operații): *analiza* şi *sinteza.* ***Analiza*** realizează o dezmembrare a unor asociații, o discompunere a unor reprezentări, care apoi prin ***sinteză*** sunt reorganizate în alte structuri deosebite de cele percepute sau gândite anterior.

Sinteza are loc în diferite moduri, numite de obicei „procedeele imaginației".

Un procedeu imaginativ este un mod de operare mintală, presupunând o succesiune mai mult sau mai puțin riguroasă de compuneri, descompuneri şi recompuneri, de integrări şi dezintegrări, conducând la rezultate variabile, cantitativ şi calitativ.

Originalitatea combinatoricii imaginative se explică atât prin libertatea de organizare a desfăşurării procedeelor, cât şi prin sursele motivațional-afective. Combinatorica imaginativă este atât de nouă, inedită, originală încât este considerată ca aflându-se într-o continuă naştere, într-o nelimitată generare de noi şi noi procedee şi de organizări ale acestora.

Cele mai cunoscute şi mai frecvent folosite sunt:

Aglutinarea constă într-o nouă organizare mentală a unor părți uşor de indentificat şi care au aparținut unor lucruri, ființe, fenomene etc.

Aglutinarea se produce când, părți descompuse din diferite ființe (sau obiecte) sunt recombinate, recomandate altfel, dând naştere unor ființe sau obiecte cu aspect (caracter) eterogen. Acest procedeu a fost pe larg utilizat în mitologie, creându-se imaginea *sirenei, centaurului* etc.

Amplificarea şi ***diminuarea*** se referă la modificarea proporţiilor, a dimensiunilor unei structuri iniţiale, obţinându-se un nou efect.

Modificarea dimensiunilor umane a condus la imaginarea de uriaşi şi de pitici. A fost folosită în creaţiile literare pentru copii (de exemplu: Sătilă, Flămînzilă, cei 7 pitici etc.), în literatura ştiinţifico-fantastică (de exemplu: extratereştrii) şi în tehnică, mai ales în direcţia miniaturizării aparaturii electronice cu păstrarea calităţilor funcţionale (de exemplu, minitelevizor, minicalculator).

Multiplicarea sau ***omisiunea*** constă în modificarea numărului de elemente structurale, păstrându-se identitatea acestora. Efectul nou rezultă din schimbarea numărului. Un asemenea procedeu a stat la baza unor creaţii celebre ale lui Brâncuşi („Coloana Infinitului", „Masa Tăcerii"). În basme, prin acest procedeu s-au creat personaje ca „balaurul cu şapte capete". Omisiunea poate fi procedeu în crearea personajelor mitologice (cea a Ciclopului).

Diviziunea şi rearanjarea pot fi aplicate independent sau în corelare asupra aceloraşi elemente iniţiale. De multe ori se porneşte de la o realitate existentă, se caută criterii noi de grupare şi, pe această bază, se pot face diviziuni multiple, unele dintre acestea având corespondent în realitate, altele fiind un proiect nou. Rearanjarea presupune păstrarea elementelor unei structuri cunoscute, dar dispunerea lor în alte corelaţii. De exemplu: motorul maşinelor (în spate sau în faţă).

Adaptatrea are aplicabilitate şi în artă şi în tehnică. Constă în aplicarea unui obiect, a unui element sau a unui principiu funcţional într-o nouă situaţie.

Substituţia constă în înlocuirea într-o structură existentă a unui element, a unei funcţii, a unei substanţe etc. În tehnica modernă se fac frecvente înlocuiri ale unor materiale tradiţionale cu altele cu calităţi superioare şi mai puţin costisitoare. În artă, substituirea personajelor creează situaţii inedite.

Modificarea presupune păstrarea unor elemente ale structurilor cunoscute şi schimbarea altora, obţinându-se efecte noi. În domeniul industriei bunurilor de larg consum se aplică frecvent schimbarea formei, volumului, culorii.

Schematizarea este foarte mult utilizată în proiectarea tehnică, în arhitectură, în grafică etc. Esenţa acestui procedeu constă în selecţia numai a unor însuşiri şi omiterea, cu bună ştiinţă, a celorlalte. Schiţa robot a unei persoane are la bază un astfel de procedeu. Desenul schematic al structurii unei plante este folosit, adesea, în orele de clasă, în vederea relevării deosebite a caracteristicilor structurale. Schematizarea feţei umane se realizează în caricatură, unde ies în relief trăsăturile dominante.

Tipizarea este folosită în creaţia literară cu deosebire şi presupune identificarea generalului şi apoi transpunerea lui într-un produs nou, care îmbină, în manieră autentică, generalul cu fenomenalul.

Analogia a stat la baza multor inovaţii şi invenţii în tehnică şi a multor descoperiri în ştiinţă. Pe baza unui astfel de procedeu a fost elaborat modelul cosmic al atomului, care a permis cunoaşterea multor aspecte ale relaţiilor dintre particulele sale elementare. Primele automobile semănau mult cu o trăsură fără cai. Analogiile stau şi la baza construirii maşinilor inteligente.

Tema 4. LIMBAJUL

4.1. Noţiuni generale despre limbaj

Comunicarea este un proces de transmitere a unor informaţii. Cea mai simplă schemă de comunicare între două persoane cuprinde următoarele:

1) emiţătorul;
2) codul;
3) canalul de comunicare;

4) mesajul;
5) receptorul sau destinatarul;
6) conexiunea inversă de la destinatar la emiţător.

Într-un dialog, rolurile de emiţător şi de destinatar-receptor se schimbă alternativ.

În orice proces comunicaţional se recurge la coduri de diverse tipuri. Codul este un sistem de semne, prin care se semnifică ceva, deci se receptează sau se transmite un mesaj informaţional.

Limba este un produs al istoriei şi îndeplineşte funcţia de principal mijloc de comunicare în viaţa şi activitatea socială. Limba este un obiect de studiu pentru lingvistică, urmărindu-se inventarul lexical, normele gramaticale şi corelaţiile cu activitatea cognitivă şi cu practica.

Limba reprezintă un sistem de semne, ce funcţionează în calitate de mijloc de comunicare şi instrument al gândirii.

Limba şi limbajul nu sunt identice. Limba include cuvintele cu semnificaţia lor, sintaxa (regul), de asemenea fonemele (vorbirea orală) şi grafemele (vorbirea scrisă).

Limbajul este un sistem de comunicare, alcătuit din sunete articulate, specific oamenilor, prin care aceştia îşi exprimă gândurile, sentimentele şi dorinţele.

Limbajul unei comunităţi umane, istoric constituită, caracterizat prin structură gramaticală, lexicală şi fonetică proprie.

Limbajul, vorbirea este un proces de comunicare prin intermediul limbii.

Obiectul de studiu al psihologiei este *limbajul ca activitate de comunicare interumană, realizat prin intermediul limbii şi al tuturor resurselor ei.* Forma de bază, naturală şi concretă a limbajului este *vorbirea* (limbajul oral).

Vorbirea este o activitate comunicativă, ce se însuşeşte treptat, se învaţă şi sistematizează prin nenumărate exersări, experienţe, ce debutează în copilărie şi se extind pe parcursul întregii vieţi.

Psihologia urmăreşte procesul însuşirii limbii în condiţii concrete, relevă formele şi stadiile, la care se ajunge, şi semnalizează dificultăţile întâmpinate şi modul de depăşire a lor în perfecţionarea vorbirii şi în însuşirea scris-citit. În componenţa psihologiei intră şi fenomenul limbajului intern.

Vorbirea, asemenea altor fenomene psihice, este legată de creier şi are o bază fiziologică complexă. La baza vorbirii stă sistemul 2 de semnalizare. Stimulii nu sunt obiectele concrete, ci cuvintele. În calitate de stimul, cuvântul se prezintă în 3 forme:

- auzit (oral);
- văzut (scris);
- pronunţat.

Pentru fiecare din forme se efectuează o activitate nervoasă deosebită. Când omul vorbeşte, de la coardele vocale pornesc semnale spre zonele verbale ale scoarţei. Lezarea conduce la dispariţia capacităţii de a vorbi. Vorbirea este dirijată de scoarţă. Ascultând vorbirea altuia, coardele vocale de asemenea efectuează vibraţii, deoarece omul parcă pronunţă cuvântul auzit.

În scoarţă sunt evidenţiate sectoarele auditive ale analizatorului verbal, numit ***Vernike*** – lezarea lui, conduce la faptul că omul aude cuvântul, dar nu înţelege sensul lui. În scoarţă a fost evidenţiat şi un alt sector – motor ***Broca*** – lezarea lui face ca omul să înţeleagă cele auzite, dar singur nu poate vorbi.

Cu studierea profundă a mecanismului fiziologic ale vorbirii se ocupă *neurolingvistica.*

O problemă deosebită în psihologia gândirii o constituie legătura dintre acest proces şi limbaj. Deşi nu sunt fenomene identice, limbajul şi gândirea sunt strâns legate şi se intercondiţionează.

4.2. Funcţiile limbajului

1. Funcția semnificativă (fiecare cuvânt este un semn al obiectului, fenomenului etc.) – această funcție deosebește vorbirea umană de comunicarea animalelor, ce este legată de emoții, de molipsire emoțională.

2. Funcția comunicativă sau de transferare a unui conținut de la o persoană la alta, care poate fi împărțită în:

- informativă;
- afectiv-expresivă;
- imperativă.

3. Funcția cognitivă, de integrare, conceptualizare și în linii generale de elaborare a gândirii; permite explorarea și investigarea realității, îmbogățirea și clasificarea cunoștințelor.

4. Funcția simbolic-reprezentativă, de substituire a unor obiecte, fenomene, relații prin formule verbale sau alte semne.

5. Funcția expresivă, de manifestare complexă a unor idei, imagini nu doar prin cuvinte, dar și prin intonație, mimică, pantomimică, gestică.

6. Funcția persuasivă sau de convingere, de inducție la o altă persoană a unor idei și stări emoționale.

7. Funcția reglatoare sau de determinare, conducere a conduitei altei persoane și a propriului comportament.

8. Funcția ludică sau de joc, presupunând asociații verbale de efect, consonanțe, ritmică, ciocniri de sensuri etc., mergând până la construcția artistică.

9. Funcția dialectică sau de formulare și rezolvare a contradicțiilor sau conflictelor problematice.

4.3. Formele limbajului

La om, „limbajul neverbal", care constă din expresiile emoționale, ce însoțesc comportamentul, joacă un rol auxiliar în raport cu limbajul propriu-zis, limbajul articulat, verbal.

Distingem mai întâi limbajul activ și limbajul pasiv. În primul caz, ne referim la inițiativa în comunicare la procesul de pronunțare a cuvintelor și de fixare a lor în scris. În cazul limbajului pasiv se are în vedere recepționarea, precum și înțelegearea limbajului. Citirea este o variantă a limbajului pasiv.

De regulă, limbajul pasiv îl precede pe cel activ și este mai bogat decât acesta. Limbajul activ presupune exersare și cultivare sistematică.

a) Limbajul oral este cel mai important, de la el pornesc celelalte. Limbajul oral este forma fundamentală a limbajului. El este viu și dotat cu un ansamblu de mijloace de expresivitate. În plus, comunicarea orală se desfășoară totdeauna în anumite condiții concrete, este dependentă de situații și se servește de elementele *situative*. Astfel limbajul oral poate fi: colocvial, dialogat sau monologat.

În cazul când mai mulți participă la comunicare, limbajul oral este mult susținut prin stimulațiile, pe care le implică cunoașterea prin cooperare, aceasta intervinind datorită înserării de observații, adăugiri, corectări etc.

În condițiile colocviului și dialogului, exprimarea vorbirii fiecăruia are un caracter *adresativ* pregnant, ceea ce face să crească eficiența comunicării. În plus, rolul de subiect inițiator sau de obiect-receptor al comunicării alternează continuu, aceasta contribuind la activarea fiecăruia și la îmbogățirea conținutului discuțiilor. Una și aceeași idee „circulă" prin mintea mai multor persoane și până la urmă se poate ajunge, prin congruiență (reunirea) comunicărilor, la unele concluzii de origine și valabilitate comună.

În limbajul dialogat pot interveni prescurtări, precum și comutări de sens. Fondul de experiență comună, asemenea datelor obiective ale situației, permit oamenilor să comunice și aluziv, deci indirect.

Limbajul monologat este ceva mai dificil decât limbajul dialogat. Vorbind în fața unui auditoriu, trebuie să susții singur firul expunerii, să ai cursivitate, să te organizezi bine și să depui

un efort pentru a comunica lucruri valoroase într-o formă accesibilă. În monologul public trebuie să ai în vedere ecoul, pe care îl trezeşte în minţile altora spusele tale, să presupui ce înţeleg ei şi eventual ce întrebări îi frământă. În desfăşurarea expunerii monologate este necesar să te adresezi auditoriului şi să răspunzi operativ la eventualele lor întrebări şi nelămuriri, citite uneori şi după mimica şi gestica celor, ce te ascultă. Astfel, monologul beneficiază de schema conversaţiei, ceea ce face să câştige în conţinut şi efect comunicativ.

Monologul oral absolut (în absenţa oricărei persoane) constituie o raritate şi de multe ori iese în afara normalului. Mai degrabă se poate vorbi de un monolog interior. Acesta poartă caracteristicile unei conversaţii cu sine însuşi.

Concret şi maxim realizat la limbajul oral este *expresivitatea*. Variaţiile în intensitate şi îndeosebi în înălţimea sunetelor pronunţate au o uriaşă însemnătate în definirea concretă a sensurilor şi semnificaţiilor celor comunicate.

Diapazonul de intensităţi poate să indice o situaţie excepţională sau una comună, echilibru sau dezechilibru, energie sau oboseală, încredere sau neîncredere în om.

Variaţiile în intensităţi şi îndeosebi vârful de tărie a sunetelor în propoziţie – *accentul* – pun în evidenţă anumite idei sau relaţii.

Nu ne dăm seama întotdeauna de însemnătatea felului cum vorbim, de influenţa, pe care o are un accent asupra cursului gândirii şi simţirii celor ce ne ascultă. Intonaţia sau variaţiile în registrul de înălţimi al frazelor pronunţate este generatoare şi comunicativă de sensuri. Bernard Shaw spunea că există 100 de feluri de a spune „nu" şi 1000 de a spune „da."

Ştim foarte bine că, după intonaţie, un „da" poate însemna „ nu" şi uneori un „nu" se apropie de un „da.". Prin diverse curbe ale intonaţiei se realizează mirarea, interjecţia, constatarea, explicarea, încântarea, omagiul, încurajarea, îngrijorarea, siguranţa de sine, dispoziţia curentă etc. Fiecare din acestea poate apărea în diverse variante. ***Intonaţia face ca fraza să fie corectă, adaptată situaţiei şi intenţiei, sporeşte, reduce sau deviază sensul comunicării.*** Absenţa expresivităţii intonative face ca cele spuse fără relief, metalic, linear să fie greu percepute şi înţelese.

Expresivitatea verbală mai este dependentă de alegerea cuvintelor şi de modul de frazare. Comunicarea devine concretă tocmai prin folosirea cuvântului perfect adecvat relaţiilor, situaţiilor, acţiunii intenţionate sau îndeplinite.

Lungimea frazelor şi modul lor de structurare sunt, de asemenea, foarte importante. Frazele scurte, lapidare, cu epitete puţine, dar sugestive, imprimă comunicării ritm şi claritate. Frazele lungi, încărcate de epitete, sunt decorative, pot fi adecvate momentelor solemne sau devin necesare povestirii.

Limbajul oral dispune şi de mijloace extralingvistice de expresivitate: gesturile, mimica, postura etc. Vorbirea antrenează, în chip firesc, întreaga persoană în acţiune. Prin mimică şi gestică se pot sublinia, completiv, anumite sensuri şi atitudini.

Limbajul oral, dispunând de întreaga gamă de mijloace expresive şi condiţii auxiliare, îşi poate permite uneori să fie mai puţin organizat, să aibă în şirul verbal unele discontinuităţi şi lacune.

b) Limbajul scris este mai pretenţios, întrucât necesită o activitate de elaborare a frazelor în raport cu un plan prealabil şi nedispunând de un context situaţional, de o susţinere prin dialog, de posibilităţi de a reveni pentru corecturi şi completări. În scris, limbajul este reglamentat mai sever, nu-şi permite discontinuităţi, erori gramaticale sau licenţe de expresii. Întrucât lectura reprezintă o operaţie mai dificilă decât audierea, limbajul scris trebuie să se conformeze la maximum normelor de sistematizare şi claritate şi de asemenea să respecte cerinţele de conciziune. Intonaţia, accentul şi mimica, gesticulaţia proprie limbajului oral sunt aici slab reprezentate prin semne ortografice. În cazul limbajului scris intervin eforturi deliberate de construire a fazelor şi dispunere a semnelor ortografice. Cele mai însemnate omisiuni sau erori de ortografie pot estompa sau schimba sensurile unor fraze.

Luând în considerare dificultăţile limbajului scris, trebuie însă să recunoaştem că prin elaborarea independentă de texte se pune mai bine în evidenţă capacitatea de gândire a omului

decât prin exprimarea orală, liberă. În acelaşi timp sunt de menţionat particularităţile distincte ale vorbirii şi scrisului şi necesitatea ca fiecare din acestea să fie respectate.

c) Limbajul intern este cel, care se desfăşoară în sfera lăuntrică, mintală, reprezentând chiar arhitectonica acestei lumi subiective. Este o vorbire cu sine însuşi şi pentru sine, uneori reproducând în această sferă intimă scrierea sau lectura. Faptul că este asonor, ascuns nu înseamnă că este lipsit de orice participare matrică. Cercetătorii au descoperit în coardele vocale, în întreg aparatul fonator, vibraţii, impulsuri foarte slabe, care conturează vorbirea (ideomotricitatea verbală). În timp ce vorbirea este desfăşurată pe mai multe faze succesive şi consumă timp, limbajul intern, asonor este centrat pe înţelesuri, pe idei şi imagini, prezentând un maximum de economicitate, uzând de prescurtări, condensări, substituind cuvintele cu imagini şi fixsându-se, îndeosebi, asupra acţiunilor şi calităţilor (predicativitate). Reducând succesivitatea la o relativă simultanietate, manifestă o *extraordinară viteză* de lucru, de sute de ori mai mare în raport cu cea a vorbirii.

Pe măsura constituirii sale, limbajul îndeplineşte funcţii de anticipare, proiectare, conducere din lăuntrul şi coordonare a limbajului oral şi a scrieii.

Limbajul intern prezintă mai multe forme:

a) forma *automatizată* (desfăşurată în baza deprinderii);
b) forma *pasivă*, implicată în ascultare şi înţelegere;
c) forma *anticipativă*, prin care se planifică vorbirea orală sau scrierea;
d) *vorbirea internă*, ca modalitate relativ desfăşurată de limbaj intern.

4.4. Corelaţia dintre gândire şi limbaj

1. Raportul dintre gândire şi limbaj a fost subiect de controversă, existând puncte de vedere deosebite. Conform unei concepţii moniste, ar exista o singură realitate, limbajul fiind aspectul exterior al gândirii, iar gândirea fiind latura lui interioară. Mentalitatea dualistă conţine două poziţii: unii consideră gândirea şi limbajul ca fiind funcţii esenţial diferite, vorbirea folosindu-se doar pentru a exterioriza, a comunica rezultatele obţinute de gândire în mod independent, iar alţii argumentează că, deşi nu sunt activităţi identice, vorbirea şi raţionamentul sunt interdependente, în strânsă relaţie atât din punct de vedere genetic, cât şi structural. Datele ştiinţifice adunate în utimele decenii constitutie argumente temeinice în susţinerea celui din urmă punct de vedere. Mai întâi în ceea ce priveşte lipsa de identitate a gândirii cu limbajul, ne dăm seama că uneori avem o idee şi nu găsim cuvintele pentru a o exprima. Apoi, în timp ce vorbim, există un control al gândirii, care supraveghează ceea ce spunem, pentru a fi coerenţi şi logici. În schimb, demenţii vorbesc ore în şir, povestind lucruri absurde, ireale; la ei lipseşte stăpânirea limbajului de către raţiune. În fine, există gândire, se formează noţiuni şi la fiinţele lipsite de limbaj articulat (surdomuţii). Aceştia au greutăţi mai mari în înţelegere, dar raţionamentul este posibil şi eficient.

2. Rolul cuvântului în formarea gândirii.

La început, cuvintele nu spun nimic copilului, fiind simple sonorităţi. Asociindu-se mereu cu aceleaşi obiecte sau fiinţe, ele *direcţionează atenţia* şi înlesnesc operaţiile gândirii: analiza, sinteza, comparaţia. Treptat, fiecare termen devine punct de cristalizare, de *fixare a semnificaţiilor*, fiindcă spre deosebire de imagini, care sunt variabile, el este un complex de sunete stabil.

Semnificaţiile sunt în funcţie de experienţa individului, dar, încetul cu încetul, ele sunt corectate şi precizate de către societate, vocabularul condensând experienţa milenară a unei societăţi. Învăţarea termenilor implică însuşirea unui vast bagaj de cunoştinţe variate.

Cu cât un cuvânt se află în relaţie cu mai multe fapte, imagini, noţiuni, cu atât mai bogat îi este înţelesul. Acelaşi cuvânt poate avea mai multe înţelesuri, în funcţie de context, de exemplu „masă”, ce înseamnă fie un obiect, fie o mulţime, fie o cantitate de materie a unui corp. Bogăţia

de termeni este în raport cu importanța, pe care o au anumite obiecte şi fenomene în viața unei comunități.

3. Limbajul obligă la ***raționalizarea şi socializarea gândirii.*** Pentru a ne face înțeleşi trebuie să eliminăm ceea ce e prea individual, afectiv, personal, exprimarea trebuie să fie clară, precisă.

Evoluția limbajului de-a lungul mileniilor a fost solidară cu dezvoltarea gândirii. În mare parte, categoriile limbajului corespund cu cele ale intelectului. Substantivele indică în special substanțe, adjectivele şi numeralele vizează proprietăți, verbele se referă la fenomene şi activități, iar prepozițiile şi conjuncțiile desemnează relații.

Progresul învățării limbajului se realizează concomitent cu progresul gândirii. Este evidentă strânsa legătură între gândire şi limbaj, între inteligibil şi comunicabil.

4.5. Activitatea comunicativă şi elementele ei

În ultimii ani se manifestă un interes deosebit față de problema comunicării ca fenomen social-psihologic. Atenția sporită față de studierea acestei activități se datorează faptului că comunicarea este inseparabilă de oricare latură a evoluției personalității, a vieții şi activității ei.

Printre abordările comunicării se evidențiază prin originalitate, profunzime şi productivitate concepția elaborată de către savanta din Rusia М.У. Лисина. Conform acestei concepții, comunicarea este interacțiunea a două sau mai multe persoane, orientată spre coordonarea şi unirea eforturilor cu scopul de a stabili relații şi de a obține un rezultat comun. În cadrul comunicării se stabilesc relații nu de subiect-obiect, ci de subiect-subiect; în comunicare are loc o permanentă transformare a obiectului în subiect şi invers.

Trebuința este izvorul de energie, care alimentează şi propulsează activismul subiectului. Esența trebuinței comunicative constă în tendința omului de a-l cunoaşte şi aprecia pe altul ca obiect social, ca partener. În strânsă legătură cu necesitatea se prezintă scopul comunicării. El rezidă în trebuința, în năzuința de a-l cunoaşte şi aprecia pe altul pentru a stabili cu el relații, a-şi coordona şi uni cu el eforturile pentru a obține un rezultat comun. Realizarea scopului (stabilirea relațiilor) şi satisfacerea trebuinței îi oferă subiectului posibilitatea de a cunoaşte partenerul, de a avea închipuire despre el şi posibilitățile lui. Realizarea scopului comunicării completează trebuința comunicativă cu un nou aspect – cu tendința de a se compara cu partenerul, iar prin el şi cu ajutorul lui – de a se autocunoaşte şi autoaprecia. În rezultat, pe lângă imaginea altei persoane, la subiect se mai formează şi imaginea despre sine.

Stabilirea relațiilor este precedată de un şir de interacțiuni, ce intervin pe parcursul vieții şi activității comune a subiecților incluşi în comunicare.

Semnificativ este şi gândul că conținuturile trebuinței comunicative, odată apărute, ba chiar deseori satisfăcute, nu dispar, ci rămân specifice omului pe parcursul întregii vieți, provocându-i în diverse situații, diverse acțiuni comunicative şi expectația acțiunilor de răspuns adecvat din partea partenerului. Prezența acestora din urmă în comunicare este obligatorie. Fără de feed-back comunicarea nu are loc.

Considerăm drept aptitudini comunicative acele însuşiri ale individului, care satisfac trebuințele comunicative ale altor persoane, asigurându-i succes în comunicare.

Satisfacerea trebuinței comunicative şi a conținuturilor ei de către partener îi provoacă subiectului o stare afectivă pozitivă şi-i formează o atitudine respectivă față de cel, care i le satisface.

Atitudinea pozitivă a subiectului față de o persoană relevă că aceasta îl atrage; comunicarea cu ea îi produce plăcere, bucurie, satisfacție.

Н.В. Кузьмина vorbeşte despre abilități comunicative ca parte componentă a aptitudinilor pedagogice. Autoarea califică drept comunicative următoarele abilități: de a crea reciprocitate în relații, de a se include, a stabili şi a susține un contact emoțional pozitiv, de a comunica spontan,

de a asculta şi înţelege partenerul de comunicare, de a percepe adecvat dispoziţia auditoriului, de a dirija atenţia lui.

Numai iniţiativa în comunicare încă nu vorbeşte despre un grad înalt de dezvoltare a aptitudinilor comunicative. Iniţiativa în comunicare este o latură importantă a acestora, dar insuficientă pentru a le considera cu adevărat evoluate. Atât extravertiţii, cât şi introvertiţii pot fi cu şi fără aptitudini comunicative.

Dacă sociabilitatea ţine de extraversiune – introversiune, de temperament, atunci aptitudinile comunicative, am putea spune, că sunt dependente de experienţa şi de cultura comunicării, care se asimilează şi se formează pe parcursul activităţii respective.

Cultura comunicării se asimilează, se preia, iar activitatea comunicativă, ca şi alte feluri de activităţi, poate fi şi trebuie învăţată. Comunicarea este acel tip de activitate umană, care se formează primul în ontogeneză şi persistă până la finele vieţii individului.

COMPARTIMENTUL IV
ACTIVITĂŢI ŞI PROCESE REGLATORII

1. ACTIVITATEA UMANĂ

1.1. Conceptul de activitate

Conştientizând obiectivul său de studii şi înţelegându-şi sarcinile sale, psihologia nicidecum nu se poate limita la studierea proceselor şi funcţiilor psihice; ea nu poate să nu introducă în câmpul său de studii comportamentul, activitatea.

Învingerea contemplării pasive, care a dominat până acum în psihologia conştiinţei, reprezintă una din cele mai principale şi actuale sarcini ale psihologiei.

Psihicul, conştiinţa se formează în activitate, în comportament şi doar prin comportament, prin activitate noi le cunoaştem obiectiv. Astfel, activitatea, comportarea inevitabil se includ în cercul de cercetări psihologice. Aceasta însă nu înseamnă că comportamentul, activitatea omului în general este obiectul psihologiei.

Activitatea omului este un fenomen foarte complex. Diverse laturi ale ei sunt studiate de diferite ştiinţe: constituţia sa socială este obiectul de studiu al ştiinţelor sociale, mecanismele fiziologice – obiectul fiziologiei; psihologia studiază latura psihologică a activităţii.

Omul nu este o fiinţă contemplatoare pasivă, dar o fiinţă activă şi de aceea ea trebuie studiată în cadrul activismului său caracteristic.

Activitatea exprimă atitudinea concretă a omului faţă de lumea existentă, în care se relevă real calităţile personalităţii, ce au un caracter mult mai complex decât funcţiile şi procesele analitic accentuate.

Procesele, care realizează existenţa umană, în realitatea înconjurătoare, prin diversitatea formelor ei este *activitatea.* Prin activitate omul acţionează asupra naturii, obiectelor, fenomenelor, cât şi asupra oamenilor. Astfel, prin atitudinea sa faţă de obiecte el se manifestă ca subiect, iar prin atitudinea sa faţă de oameni – ca personalitate.

Activitatea nu este o reacţie sau o totalitate de reacţii, dar un sistem, care are structură, conţinut, modificări şi transferuri interne proprii, cât şi dezvoltare personală.

Omul, ca fiinţă prin excelenţă activă şi dinamică, iniţiază, organizează, planifică, explorează, se implică, participă, perfecţionează, asimilează informaţii, produce şi creează obiecte noi, se relaxează, depune efort, se autorealizează. Pentru realizarea corespunzătoare a tuturor acestor demersuri el se serveşte de o nouă categorie de instrumente psihice, cuprinse în noţiunea generală de activităţi psihice.

Noţiunea de activitate poate fi definită în două accepţiuni.

Într-o accepţiune foarte largă, activitatea este un raport, o relaţie între organism şi mediu, în care are loc un consum energetic, cu o finalitate adaptativă.

Într-un sens mai restrâns, prin *activitate înţelegem totalitatea manifestărilor de conduită exterioară sau mintală, care conduc la rezultate adaptative.*

Specificul activităţii umane constă în faptul că dispune de conştiinţa scopului că este profund motivată, că operează cu instrumente construite de om, că este perfectibilă şi creativă.

Importanţa activităţii în viaţa omului este enormă. Prin activitate, omul produce modificări în condiţiile obiective externe, în propriile lui stări interne, în relaţiile cu mediul; în activitate, omul îşi realizează ideile, îşi satisface aspiraţiile, îşi construieşte noi planuri, noi idealuri; prin activitate, omul se adaptează condiţiilor interne şi externe la un nivel din ce în ce mai înalt. Dat fiind faptul că activitatea este atât cauză, cât şi efect al dezvoltării biopsihosociale a omului, ea este resimţită de acesta ca o adevărată necesitate psihică, ca o cerinţă imperioasă a integrităţii fiinţei lui.

Activitatea umană diferă considerabil de comportarea animalelor, chiar dacă ea este destul de complicată. În primul rând, activitatea omului are un *caracter conştient,* în al doilea rând, este

legată de *pregătirea, întrebuinţarea şi păstrarea uneltelor de muncă,* în al treilea rând, activitatea omului poartă un *caracter social.*

Activitatea este determinată de condiţiile social-istorice. În funcţie de cerinţele societăţii diferă şi activitatea omului. Procesele psihice asigură omul cu condiţii necesare pentru activitate. Ele sunt o caracteristică obligatorie oricărei activităţi umane.

Activitatea este o stare de acţiuni eficace, orientată spre realizarea scopurilor puse conştient, legate de satisfacerea trebuinţelor şi intereselor lui, de îndeplinirea cerinţelor, ce stau în faţa lui şi care vin din partea societăţii şi a statului.

S.L. Rubinştein definea activitatea ca fiind „interacţiunea subiectului cu lumea, în cadrul căreia se realizează o atitudine sau alta a omului faţă de realitate, faţă de ceilalţi oameni". Un alt psiholog, A.N. Leontiev, remarcă că activitatea este un „proces, ce realizează o anumită relaţie a omului faţă de lume şi corespunde unor trebuinţe specifice". După cum observăm, accentul se pune de fiecare dată pe interacţiune, pe relaţia omului cu realitatea, a organismului cu mediul. O astfel de subliniere este cu atât mai necesară cu cât în istoria psihologiei au existat *tendinţe de reducere* a activităţii, fie numai la ceea ce se petrece în interior, în subiectivitatea individului (introspecţionismul), fie numai la reacţia externă, la comportamentul manifestat în exterior (behaviorismul). În realitate, numai corelaţia dintre interior şi exterior, filtrarea cauzelor externe, prin intermediul condiţiilor interne, poate exprima corect esenţa activităţii umane.

Problema activităţii organic este corelată cu problema personalităţii şi conştiinţei. Personalitatea se formează şi se manifestă în cadrul activităţii ei. Activitatea este procesul interacţiunii omului cu lumea, însă nu este un proces pasiv, dar activ şi reglat conştient.

Activitatea este condiţia dezvoltării personalităţii şi manifestării calităţilor ei, din alt punct de vedere, activitatea singură la rândul ei depinde de nivelul dezvoltării personalităţii, care apare ca subiect al acestei activităţi.

Caracteristica de bază a activităţii este *obiectualitatea.* În cazul dat obiectul activităţii se manifestă bilateral: în primul caz – prin existenţa sa de sine stătătoare, ca supus sie şi transformator al activităţii subiectului; în al doilea caz – ca imagine a obiectului, ca produs al reflectării psihice al însuşirilor lui, care se realizează în rezultatul activităţii subiectului.

Mecanismele, care „pornesc", activitatea sunt necesităţile şi motivele.

Obiectul, asupra căruia este orientată necesitatea, poate fi material sau ideal, perceput senzorial sau oferit numai în reprezentări.

Obiectul necesităţii, ce stimulează activitatea şi determină orientarea ei, este numit *motiv.*

Motivele astfel devin cauzele, ce stimulează omul spre activitate, acordându-i orientare şi semnificaţie. Prin conceptul de „activitate" sunt însemnate numai acele procese, care realizează atitudinile omului faţă de lume şi răspund la necesităţile lui corespunzătoare deosebite.

1.2. Structura activităţii

Activitatea umană, ca realitate psihică complexă, conţine o serie de elemente structurale, organizate ierarhic, a căror funcţionalitate (structurare, subordonare, integrare) va permite satisfacerea unor necesităţi. Practic este vorba de un sistem funcţional ierarhic, complex.

Este important de subliniat faptul că în activitate are loc interacţiunea şi integrarea specifică şi naturală a proceselor psihice cognitive, afective, volitive. Activitatea pune în evidenţă două planuri – global, supraordonat, care determină diferenţierea şi individualizarea formelor şi modalităţilor ei generice de fiinţare şi manifestare, altul – operativ-situaţional, care asigură actualizarea şi desfăşurarea curentă, în situaţii şi sarcini concrete, a unei forme modale sau a alteia.

Integrarea la nivel global se realizează pe baza ierarhizării organizării şi (exprimării) funcţionale, după o schemă logică bine definită a claselor de entităţi psihice (cognitive, afective, motivaţionale) şi motorii (sisteme de mişcări, operaţii şi deprinderi).

În *structura activităţii* se includ următoarele componente:

- *Scopul* este imaginea rezultatului scontat, deci acelui rezultat, ce urmează să fie obținut în urma activității. Se are în vedere imaginea conştientă a rezultatului: aceasta este reținută în conştiință tot timpul, în care se realizează acțiunea.

Asemenea faptului, cum noțiunea de motiv corelează cu noțiunea de „activitate", noțiunea de scop este în raport cu acțiunea.

Scopul este ceea pentru ce omul acționează. În calitate de scop al activității se proiectează produsul ei. El poate reprezenta prin sine obiectul fizic real, conştientizat de om, anumite cunoştințe, priceperi şi deprinderi, dobândite pe parcursul activității, rezultatul creativ (ideea, gândul, teoria, opera de artă). Scopurile nu sunt trasate de subiect intenționat. Ele sunt oferite de circumstanțe obiective.

Evidențierea şi conştientizarea scopului – acesta nu este un act automat, ci un proces relativ îndelungat de aprobare a scopurilor prin acțiune. După cum menționa Hegel, individul „nu poate determina scopul acțiunii sale până când el nu a acționat". Scopul activității nu este echivalent cu motivul ei, chiar dacă uneori motivul şi scopul activității pot coincide. Diverse tipuri de activități, care au unul şi acelaşi scop (rezultatul final), pot fi stimulate şi susținute de diferite motive. Dimpotrivă, la baza multor activități cu diverse finalități pot sta unele şi aceleaşi motive.

Momentele inițiale în activitate sunt reprezentate de motiv, iar cele finale – de scop.

- *Motivul* este ceea de ce omul acționează (accentul stimulator). Motivul este un sistem de acțiuni interne (idei, gânduri, reprezentări), ce servesc în calitate de stimul pentru realizarea activității.

Aşadar, motivul poate fi definit ca fiind mobilul, care declanşează, susține energetic şi orientează acțiunea. Motivele pot fi foarte variate:

- inferioare şi superioare;
- conştiente şi inconştiente;
- pozitive şi negative;
- ambivalente;
- minore şi majore;
- unilaterale şi multilaterale;
- egoiste şi altruiste, etc.

Ele nu acționează independent unele de altele, ci interdependent, formând în structura personalității adevărate rețele, configurații sau „constelații" de motive. Acest fapt explică, de altfel, varietatea enormă a comportamentelor noastre.

În sensul real al termenului de activitate se poate vorbi numai atunci când verigile sale esențiale – *motivul, scopul şi mijlocul* – se diferențiază, se delimitează structural şi se individualizează, devenind fiecare obiect de analiză critică şi de evaluare, sau acest fapt devine posibil numai în cadrul organizării psihice de tip conştient.

Din punct de vedere structural, activitatea se cere a fi analizată sub două aspecte principale: primul, legat de conexiunea şi condiționarea dintre cele trei verigi funcționale bazate – motivul, scopul şi mijlocul; cel de-al doilea, legat de modul de articulare şi implicare a diferitelor funcții, procese şi trăsături psihice particulare *(fig. 14)*:

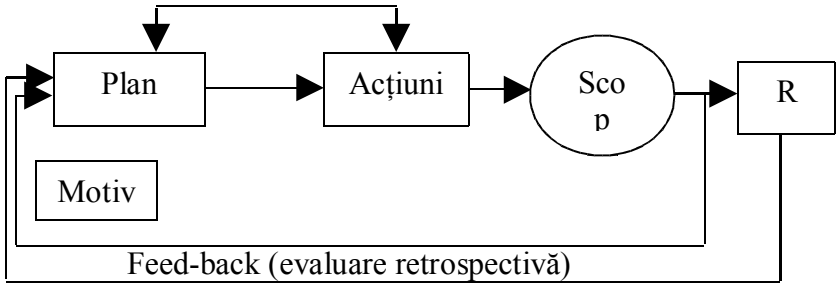


Fig. 14. **Schema-bloc a structurii activității.**

Primul aspect pune în evidență faptul că activitatea are întotdeauna o schemă sau o matrice logică, pe care se organizează şi se structurează. Această matrice presupune conectarea serial-

orientată a motivului, scopului şi mijlocului. Potrivit acestei scheme, orice formă de activitate izvorăşte şi corespunde unei anumite stări de necesitate – care poate fi internă, proprie individului, sau externă, proprie grupului, comunităţii ori societăţii, căreia le aparţine individul.

Prezenţa ei este obligatorie şi indispensabilă pentru a putea efectiv vorbi de activitate.

- *Mijlocul* reprezintă tot ceea ce trebuie făcut, întreprins şi tot ceea ce trebuie folosit în calitate de instrument sau unealtă (în sensul larg al termenului) pentru rezolvarea sarcinilor şi realizarea scopurilor. Mijlocul apare ca verigă intermediară între motiv şi scop, şi, structural, cuprinde două categorii de elemente: interne, *subiective* şi externe*, obiective*.

Mijloacele se aleg după formularea scopului şi în funcţie de natura activităţii şi de condiţiile de desfăşurare a ei. Ele pot fi divizate în acceptabile sau licite şi inacceptabile sau ilicite.

Pentru a se încadra în limitele moralităţii, realizarea scopurilor propuse trebuie să se bazeze pe mijloacele admise, licite. Dictonul „scopul scuză mijloacele" intră în contradicţie cu etaloanele morale şi nu poate fi luat drept far călăuzitor în activitate.

- *Mişcările* sunt cele mai simple elemente constitutive ale activităţii, actele de răspuns la influenţele mediului, funcţia fiziologică a organismelor vii.

Mişcările sunt conduse de aparatul locomotor complex, de sistemul nervos superior organizat, de organele de simţ dezvoltate etc.

Prin *funcţiile psihofiziologice* în teoria activităţii se înţelege asigurarea fiziologică a proceselor psihice. Corespunzător se vorbeşte despre funcţiile sensoră, motoră şi mnezică.

Aşadar, funcţiile psihofiziologice formează fundamentul organic al proceselor activităţii.

- *Acţiunile* sunt unităţile de bază în analiza activităţii.

Acţiunea este procesul, orientat spre realizarea scopului. Activitatea umană se manifestă în formă de acţiuni sau şiruri de acţiuni. Ele sunt subordonate întotdeauna activităţii şi nu dispun decât de o independenţă relativă în raport cu ea.

În plan psihologic, acţiunile se caracterizează prin necoincidenţa scopului şi motivului, în sensul că dispun de un scop propriu, dar şi de o motivaţie proprie, aceasta fiind „împrumutată" de la activitate.

Caracterizând conceptul de „acţiune" pot fi enunţate 4 momente:

1. Acţiunea include în calitate de component necesar pentru realizarea sa actul de conştiinţă în felul de formulare şi reţinere a scopului.
2. Spre deosebire de behaviorism teoria activităţii cercetează mişcările externe în unitate indisolubilă cu conştiinţa (mişcarea fără scop este mai curând un comportament nevalabil decât esenţa sa adevărată).
3. Prin termenul de acţiune, teoria activităţii confirmă principiul activismului.
4. Conceptul de „acţiune" scoate activitatea umană în lumea obiectuală şi socială.

„Rezultatul reprezentat" (scopul) poate fi oricare: crearea unui produs material, stabilirea contactului social, obţinerea cunoştinţelor, etc.

Acţiunea este o totalitate de mişcări, orientate asupra obiectului, cu scopul de a-l însuşi sau modifica.

Acţiunile pot fi:

- externe (realizate cu ajutorul aparatului motor extern);
- interne (mentale);
- obiective;
- voluntare;
- involuntare;
- congenitale (pe bază de reflexe necondiţionate);
- dobândite (pe bază de reflexe condiţionate);
- simple;
- complexe.

Acţiunile *externe,* obiectuale sunt orientate spre schimbarea stării sau însuşirilor obiectelor lumii exterioare.

Acţiunile *mentale* sunt acţiunile, realizate în planul interior al conştiinţei. Ele neapărat includ şi componentele motorii.

Acţiunile mentale se divizează în:

- *perceptive* (formează imaginea integră a perceperii obiectelor şi fenomenelor);
- *mnemice* (asigurarea memorizării, păstrării şi reproducerii informaţiei);
- *de gândire* (asigură rezolvarea de probleme);
- *imaginative* (datorită lor este posibilă imaginarea în procesul creativ).

- *Operaţiile* sunt subordonate acţiunilor, reprezentând modul de realizare a acestora.

În efectuarea unei acţiuni pot fi folosite diferite operaţii (apucare, separare, eliminare, etc.). Operaţiile caracterizează partea tehnică de îndeplinire a acţiunii; ceea ce numim „tehnica" iscusinţei, abilităţii, dibăciei, se atribuie aproape exclusiv la nivelul operaţiilor. Caracterul operaţiilor folosite depinde de condiţiile, în care se realizează acţiunea.

Din punct de vedere psihologic, operaţiile nu dispun nici de scop, nici de motivaţie proprie, tocmai datorită subordonării lor acţiunilor. Elementele activităţii nu sunt statice, ci dimpotrivă, au un caracter dinamic, foarte mobil, pot trece unele în altele.

Succesul în activitate depinde de următoarele componente, care ar trebui formate la oameni, ele proiectând reuşita*: cunoştinţele, priceperile, deprinderile şi obişnuinţele.*

- *Cunoştinţele* sunt elemente constitutive ale activităţii, întotdeauna orientate asupra unei sau altei activităţi practice şi sunt strâns corelate cu acţiunile. Cunoştinţele nu sunt nerelative. Forma primară a cunoştinţelor omului despre lume o constituie reprezentările senzaţiilor şi percepţiilor. Rezultatul transformării ulterioare a acestor reprezentări în conştiinţă este formarea imaginilor şi noţiunilor. Imaginile şi noţiunile determină organizarea şi conducerea întregii activităţi practice a personalităţii.

Cu toate acestea, activitatea practică în permanenţă necesită cunoştinţe vechi, acumulate anterior şi noi, şi însăşi este un izvor nesecat de cunoştinţe. Includerea permanentă a cunoştinţelor în acţiuni, considerabil măreşte nivelul acţiunilor, contribuie la sporirea eficacităţii lor. Fără cunoştinţe, activitatea conştientizată, cu scop bine determinat a personalităţii, nu este posibilă.

- *Priceperile* sunt elementele activităţii, ce-i permit omului să realizeze ceva de calitate superioară, de exemplu să efectueze nişte acţiuni, operaţii exact şi corect.

Priceperile pot apărea în două niveluri diferite calitativ ale mijloacelor de acţiune: primul – *elementar* (mai inferior după nivel) şi al doilea – *superior*, în comparaţie cu care deprinderea este mai simplă.

- *Obişnuinţele* sunt componentele total automatizate, instinctiv asemănătoare cu priceperile, realizate la nivelul controlului inconştient. Dacă sub termenul de acţiune înţelegem o parte a activităţii, care are un scop conştientizat bine determinat, atunci obişnuinţa de asemenea o putem numi component automatizat al acţiunii. În acest sens în structura activităţii au loc o serie de transformări.

Baza fiziologică a automatizării componentelor activităţii, prezentate de la început în structura ei în formă de acţiuni şi operaţii şi apoi transformate în obişnuinţe, este, după cum a menţionat N.A. Bernştein, trecerea conducerii activităţii sau părţilor ei componente la nivelul subconştient al reglării şi inducerea lor la automatism.

- *Deprinderile* sunt un element al activităţii, însuşite în procesul practicii vitale, acţiuni, ce devin necesitate.

Deprinderea diferă de priceperi şi obişnuinţe prin faptul că ea prezintă în sine aşa-numitul *element neproductiv al activităţii.*

Principala deosebire a lor de obişnuinţe constă în faptul că dacă cele din urmă se formează pe calea exercitării special organizate, atunci deprinderile se organizează fără eforturi speciale din partea omului. Dacă priceperile şi obişnuinţele sunt destul de plastice (în structura priceperilor compuse), atunci deprinderile sunt părţi neflexibile (adesea iraţionale) ale activităţii, îndeplinite mecanic de om, şi nu are scop conştientizat sau finalizare productivă accentuată.

Spre deosebire de obişnuinţa simplă, deprinderea poate fi într-o măsură oarecare controlată conştient. Însă de pricepere ea diferă prin faptul că nu întotdeauna este raţională şi utilă (obişnuinţe negative). Deprinderile ca elemente ale activităţii prezintă în sine părţile mai puţin flexibile ale ei.

Deprinderile pot fi atât negative, cât şi pozitive. *Baza fiziologică a deprinderilor*, cât şi a *obişnuinţelor,* sunt stereotipurile dinamice, deci sisteme de legături temporare puternic întărite (consolidate).

Deprinderile se formează prin diverse căi, uneori prin imitare, alteori în rezultatul acţiunilor conştiente, cu scop bine determinat.

Structura activităţii, fiind un sistem foarte complex, include şi asemenea elemente, cum ar fi:

- rezultatele;
- controlul şi autocontrolul;
- aprecierea şi autoaprecierea;
- determinarea liniilor de perspectivă (planurilor de viitor).

1.3. Formele de bază ale activităţii umane

Structurarea şi funcţionarea diferitelor elemente ale activităţii fac ca ea să apară în forme diverse, ce pot fi clasificate după mai multe criterii: 1) după natura produsului, activitatea poate fi *predominant materială* sau *predominant spirituală;* 2) după procesul psihic implicat în realizarea ei, poate fi: *cognitivă, afectivă, volitivă;* 3) după locul ocupat în sistemul relaţiilor individului, poate fi: *principală (dominantă) şi secundară (subordonată);* 4) după evoluţia sa ontogenetică, poate fi clasificată, în : *joc, învăţare didactică, muncă productivă, creaţie;* 5) după gradul de conştientizare a componentelor, poate fi: în *întregime conştientă* (cel mai adesea aceasta ia forma voinţei) şi cu *componente automatizate* (deprinderile).

Toate aceste forme nu sunt „pure", ci doar predominant de un fel sau altul. Activitatea unui tâmplar, care după natura produsului este materială, conţine şi elemente ideale (proiectul, anticiparea mintală a rezultatului ei). La fel, activitatea unui poet, care este spirituală prin natura produsului, face apel la o serie de instrumente materiale (creion, hârtie). De asemenea, jocul conţine şi momente de învăţare (fie ea şi spontană), munca are momente de creaţie, iar creaţia, fără a se identifica totul cu munca, este în mare parte muncă. Diferite forme ale activităţii umane îşi schimbă de-a lungul vieţii individului locul, conţinutul şi ponderea. Fără a se confunda, dar şi fără a se opune total, între diversele forme ale activităţii umane există şi elemente comune (un fel de nucleu stabil) şi elemente proprii, specifice.

Cuprinzând în structura sa procese şi funcţii psihice, activitatea apare drept o expresie a aspiraţiilor, atitudinilor, aptitudinilor, trăsăturilor temperamentale şi caracteriale ale omului, o manifestare a întregii personalităţi umane, factor determinat, dar şi rezultantă a dezvoltării fiinţei umane.

Acum ne vom referi la delimitarea conceptelor, ce lămuresc formele fundamentale ale activităţii umane pe baza evoluţiei ontogenetice a personalităţii.

▪ *Jocul* este o activitate importantă şi deosebită în viaţa copiilor de vârstă preşcolară şi şcolară, el fiind un mod specific de reflectare a vieţii umane.

Jocul este prima formă, sub care începe să se manifeste şi să se afirme într-o manieră structurată activismul intrinsec al fiinţei umane.

Trăsăturile definitorii ale jocului sunt:

a) caracterul integral intrinsec al motivaţiei, care-l generează şi-l susţine (copilul simte în mod acut nevoia de a se juca);

b) corespondenţa permanentă a motivului cu scopul;

c) absenţa centrării pe obţinerea unui produs concret sau importanţa scăzută, minimă acordată rezultatului de către subiect (copil);

d) absenţa legăturii cu problemele asigurării existenţei, jocul neducând la satisfacerea nici a trebuinţei de foame, nici a celei de adăpost sau îmbrăcăminte;

e) absența coexercițiilor și constrângerilor privind angajarea în joc, aceasta fiind complet liberă și benevolă;

f) absența relativă a obligațiilor și răspunderilor sociale.

▪ *Învățarea.* Activitatea este, în ultima instanță, modalitatea principală de adaptare a omului la mediu. Faza de acomodare a procesului adaptării, care presupune introducerea unor modificări mai mult sau mai puțin radicale în organizarea internă anterioară a personalității, se realizează pe baza învățării. Proprie întregului regn animal, învățarea devine o formă sistemică și specifică de activitate la nivelul omului, în cadrul societății.

Genetic, creierul uman este dotat cu cea mai înaltă capacitate de condiționare și învățare, aceasta impunându-se ca una dintre aptitudinile generale cele mai importante.

În acest larg, prin *învățare* se înțelege trecerea unui sistem instruibil dintr-o stare inițială, de neinstruire (slabă organizare, absența experienței necesare pentru abordarea eficientă a „situațiilor problematice", absența unor informații, a unor operații, etc.), într-o stare finală, de instruire (pregătire), care permite realizarea unor obiective specifice de reglare.

În sens restrâns, prin învățare înțelegem activitatea, pe care individul uman o desfășoară sistemic, într-un cadru socialmente organizat, în vederea asimilării de informații în forma cunoștințelor, a elaborării unor ansambluri de operații și deprinderi, precum și a unor capacități de înțelegere, interpretare și explicare a fenomenelor din natură și societate.

Toate acestea se constituie în ceea ce se numește fond sau *tezaur de experiență* – de ordin teoretic și practic – grație căruia devine posibilă echilibrarea optimă, eficientă cu mulțimea situațiilor și solicitărilor externe. Ca urmare, învățarea poate fi definită și proces de achiziție a unor experiențe noi.

Pentru omul contemporan din societățile civilizate, învățarea se desfășoară într-un sistem instituționalizat – sistemul de învățământ – și poartă denumirea de învățare școlară sau academică.

Fiind organizată gradual și diferențiat pe cicluri și profiluri, învățarea joacă rolul principal în formarea și dezvoltarea personalității, mai ales în plan intelectual și profesional.

▪ *Munca* este o activitate de bază, cu scop bine determinat a omului, orientată spre schimbarea și modificarea mediul extern pentru a-și satisface necesitățile sale materiale și spirituale.

Activitatea de muncă reprezintă, în plan evolutiv, ontogenetic, forma finală și superioară de structurare și desfășurare a relației dintre om și natură. Ea se impune ca dominantă la vârsta adultă, devenind cadrul obiectiv principal, în care se probează și se validează potențele și capacitățile reale ale indivizilor, prin raportarea la anumite exigențe, criterii și etaloane de performanță stabilite social.

Astfel, într-o primă definiție, putem spune că activitatea de muncă este un raport între om și natură (mediul ambiant), determinat și subordonat satisfacerii nevoilor biologice și materiale vitale, de care depinde supraviețuirea și perpetuarea speciei.

În etapa inițială a existenței umane, activitatea de muncă se reducea esențialmente la a descoperi „bunurile" de consum și a le utiliza în forma lor naturală. Treptat, pe măsura dezvoltării psihice, omul a început să-și dea seama de capacitățile sale creatoare, pe baza cărora să treacă de la simpla descoperire a darurilor naturii la producerea activă a celor necesare traiului. Aceasta avea să-și găsească mai întâi expresia în preocupări pentru crearea și perfecționarea uneltelor, iar, apoi, în cristalizarea înțelegerii necesităților de organizare a muncii, prin diviziunea și specializarea sarcinilor și rolurilor.

Munca și-a adăugat o dimensiune nouă – cea *transformativă.* Pe baza ei, omul întreprinde asupra „obiectelor" și „datum-urilor" din natură anumite transformări, menite a le adapta și a le face să corespundă mai bine necesităților și dorințelor sale.

Activitatea de muncă este o formă fundamentală de relaționare a omului cu mediul ambiant, subordonată rezolvării problemelor existențiale individuale și colective și concretizată în descoperirea în natură a bunurilor biologice necesare, transformarea "obiectelor" naturale în

concordanţă cu nevoile şi scopurile urmărite, crearea de noi obiecte şi bunuri, inexistente ca atare în natură.

Din punct de vedere structural, activitatea de muncă dezvăluie două laturi strâns corelate – *obiectivă* şi *subiectivă.*

- *Procesul de creaţie* este angrenarea componentelor psihice şi psihofizice ale creativităţii în vederea realizării proiectului mental şi obţinerii produsului nou. El are o organizare complexă şi o desfăşurare fazică, în forma unei succesiuni de etape.

Există câteva verigi sau etape:

a) conştientizarea şi formularea problemei (a întrebării, a ipotezei);

b) pregătirea;

c) elaborarea montajului-creativ, care direcţionează, din interior, căutările, combinaţiile şi transformările;

d) gestaţia sau incubaţia (sedimentarea, filtrarea, decantarea datelor şi conexiunilor);

e) iluminarea (găsirea în minte a căii de urmat pentru finalizarea proiectului sau a soluţiei la problema formulată);

f) finalizarea (prin conectarea aparatului operaţional-executiv, în plan intern sau extern);

g) verificarea şi validarea.

Traiectoria procesului de creaţie dobândeşte un caracter individual, raporturile dintre fazele menţionate şi duratele lor variind semnificativ de la un subiect la altul.

Personalitatea creativă exprimă acea organizare psihică internă, care predispune şi favorizează performarea unui act de creaţie, într-un domeniu specific.

Indiferent de domeniul de afirmare, personalitatea creativă se caracterizează prin valori pozitive ale unor factori, precum: flexibilitate, fluiditate, combinativitate, imaginaţie, deschidere şi sensibilitate la nou, nonconformism, independenţă în gândire, spirit critic şi disponibilitate intelectuală constructivă, perspicacitate, inteligenţă.

Climatul creativ rezultă din particularităţile structurării şi funcţionării relaţiilor interpersonale în cadrul grupurilor profesionale şi din modul în care, la nivel social global, se preţuiesc şi se recompensează eforturile creatoare ale indivizilor şi grupurilor.

Tema 2. MOTIVAŢIA

2.1. Definirea şi funcţiile motivaţiei

Orientarea personalităţii este un sistem de imbolduri, care determină selectivitatea relaţiilor şi activitatea omului. Un component al orientării personalităţii este *motivaţia*.

Nici un act comportamental nu apare şi nu se manifestă în sine, fără o anumită direcţionare şi susţinere energetică. Chiar în cazul absenţei unui obiectiv sau scop, un comportament are la bază acţiunea unei cauze. Astfel, trebuie căutat răspunsul la întrebarea *de ce?, de ce s-a produs?* Anume *motivaţia* este cea, care conţine întrebarea de mai sus.

În sensul ei general, noţiunea de motivaţie, introdusă în psihologie la începutul secolului XX, desemnează aspectul uman. Ea este definită ca „o stare de tensiune, care pune organismul în mişcare până când ajunge la reducerea tensiunii şi regăsirea integrităţii sale”.

Motivaţia este totalitatea de mobiluri interne ale comportamentului, fie că sunt înnăscute sau dobândite, conştientizate sau neconştientizate, simple trebuinţe fiziologice sau idealuri abstracte.

Astfel definită, motivaţia stă în spatele tuturor *deciziilor*, *atitudinilor* şi *acţiunilor umane*, fiind de aceea denumită *„cauzalitatea internă”* a conduitei umane.

În acelaşi timp, motivaţia trebuie considerată şi drept o lege generală de organizare şi funcţionare a întregului sistem psihic uman, ea operând distincţia necesară între plăcut şi neplăcut, între util şi inutil, între bun şi rău.

Motivaţia este o *pârghie* importantă în procesul autoreglării individului, o *forţă motrică* a întregii sale dezvoltări psihice şi umane.

Motivaţia sensibilizează diferit persoana la influenţele externe, făcând-o mai mult sau mai puţin permeabilă la ea.

Motivaţia superioară specifică omului apare în condiţiile activităţii voluntare. Această formă a motivaţiei apare abia la vârsta preşcolară. Astfel motivaţia caracteristică omului presupune existenţa unei reflectări, care îndeplineşte un rol determinat în dirijarea acţiunilor, orientate spre satisfacerea trebuinţelor.

Este deosebit de important să se examineze factorii, ce declanşează activitatea subiectului, ce o orientează spre anumite scopuri, care permit prelungirea ei dacă scopurile nu sunt imediat atinse, ori care o opresc la un moment dat. Studiul motivaţiei înseamnă tocmai analiza acestor factori şi a mecanismelor, ce le explică efectele.

Comportamentul uman trebuie considerat o activitate dirijată şi nu o reacţie oarecare, scopul fiind cel, care, în mare parte, reglează această dirijare. Acceptând acest punct de vedere, motivaţia trebuie înţeleasă drept o structură cognitiv-dinamică, care dirijează acţiunea spre scopuri concrete, aspectul dinamic al intrării în relaţie a subiectului cu lumea, orientarea activă şi preferenţială a acestuia spre o categorie de situaţii şi obiecte.

Printre *funcţiile motivaţiei* enumerăm:

I. Funcţia de activare internă difuză şi de semnalizare a unui dezechilibru fiziologic sau psihologic.

În această fază starea de necesitate apare, dar nu declanşează încă acţiunea. De obicei, această funcţie este specifică trebuinţelor, ce posedă o dinamică deosebită: debutează cu o alertă internă, continuă cu o agitaţie crescândă, ajungând chiar la stări de mare încordare internă, pentru a se finaliza prin satisfacerea lor.

II. Funcţia de mobil sau de factor declanşator al acţiunilor efective.

Acesta este motivul, definit de psihologul francez *H. Pieron* drept „mobilul, ce alege dintre deprinderile existente pe cea, care va fi actualizată". A identifica un motiv înseamnă a răspunde la întrebarea: *de ce?* Această funcţie constă în centrarea comportamentului şi activităţii pe un obiect anume – satisfacerea stării de necesitate individualizate de către motiv.

În virtutea acestei funcţii, derularea proceselor mentale interne este subordonată găsirii mijloacelor adecvate pentru atingerea scopului.

III. Funcţia de autoreglare a conduitei, prin care se imprimă conduitei un caracter activ şi selectiv. Eficienţa reglatorie a motivaţiei este dependentă în egală măsură de *energizare-direcţionare.*

Esenţial pentru motivaţie este faptul că ea *instigă, impulsionează, declanşează acţiunea,* iar acţiunea, prin intermediul conexiunii inverse, influenţează însăşi baza motivaţională şi dinamica ei.

2.2. Structura sferei motivaţionale

Prin termenul de motivaţie definim o componentă structural-funcţională specifică a sistemului psihic uman, ce reflectă o stare de necesitate în sens larg.

În filogeneză şi ontogeneză se elaborează anumite stări de necesitate sau sensibilizări ale organismului pentru deferite obiecte.

Astfel se dezvoltă necesitatea de substanţe nutritive, de îmbrăcăminte, de oxigen, de anumite condiţii de temperatură, de semnale informaţionale, de mişcare, acţiune, relaxare, de comunicare cu alţii, de realizare de sine şi altele. Toate acestea nu sunt altceva decât trebuinţe, condiţii ale vieţii.

Deci, primul element din structura motivaţiei sunt ***trebuinţele***. Alături de trebuinţe se dezvoltă şi ***motivele, interesele, impulsurile, valenţele, tendinţele, dorinţele, scopurile, idealurile şi convingerile*** omului.

Aceste stări se cer a fi satisfăcute şi ele îl determină pe om şi îl „împing" pentru a şi le satisface şi satisfăcute ele formează ***sfera motivaţională*** a acestuia.

Trebuinţele sunt structuri motivaţionale bazale şi fundamentale ale personalităţii, forţele ei motrice cele mai puternice, reflectând cel mai pregnant echilibru biopsihosocial al omului în condiţiile solicitărilor mediului extern. Ele semnalizează cerinţele de reechilibrare în forma unor *stări* şi *imbolduri* specifice.

Trebuinţele trezesc la om activismul, sunt sursa principală a acţiunii. Ea se naşte în urma apariţiei unui dezechilibru în funcţionarea organismului.

Trebuinţele influenţează emoţiile, gândirea şi voinţa omului. Aceasta este din cauza legăturii cu satisfacerea sau nesatisfacerea trebuinţelor. Influenţează emoţiile pentru că omul încearcă diferite emoţii de încordare sau linişte, satisfacţie sau nemulţumire. Gândirea o influenţează prin faptul că omul pentru a-şi satisface trebuinţele trebuie să găsească anumite mijloace. Gândirea este una din laturile activităţii psihice, ce asigură descoperirea mijloacelor pentru satisfacerea trebuinţelor.

În legătură cu voinţa, un filosof scria că „trebuinţele trec prin capul omului", deci sunt conştientizate şi se manifestă sub formă de voinţă. Datorită voinţei, omul învinge greutăţile, rezolvă problemele, care sunt corelate cu satisfacerea trebuinţelor.

Dacă omul este însetat sau înfometat, el nu se poate gândi la nimic altceva decât la căutarea mijloacelor de a-şi potoli foamea sau setea. După cum vedem trebuinţele au tendinţa de a regla orientarea activităţii psihice a individului.

Trebuinţele omului sunt foarte variate. În *funcţie de geneza* şi *conţinutul* lor, pot fi clasificate în:

1. *Trebuinţe primare* (înnăscute, cu rol de asigurare a integrităţii fizice a organismului).
2. *Trebuinţe secundare* (formate în decursul vieţii şi cu rol de asigurare a integrităţii psihice şi sociale a individului).

În categoria trebuinţelor primare se încadrează:

– *Trebuinţele biologice (sau organice*) – de foame, sete, sexuale.
– *Trebuinţele fiziologice (sau funcţionale)* – de mişcare, relaxare-descărcare.

Ele sunt comune pentru om şi animal, însă la om sunt modelate şi instrumentate sociocultural.

Cea de a doua categorie de clasificare se bazează pe principiul orientării personalităţii spre un anumit obiect:

a) *trebuinţele materiale* – stau la baza activităţii vitale ale omului, cum ar fi trebuinţa de hrană, îmbrăcăminte, locuinţă, confort, de unelte şi instrumente. Ele s-au format în procesul dezvoltării filogenetice, social-istorice a omului şi constituie o însuşire generală a speciei umane;

b) *trebuinţele spirituale* – sunt trebuinţe specific umane. La ele se referă trebuinţele cognitive şi de delectare estetică, cum ar fi trebuinţa de cunoaştere, estetice, etice, de realizare a propriei personalităţi.

Pe baza trebuinţei cognitive se formează trebuinţa independentă de *creaţie ştiinţifică.* În acest caz cunoaşterea devine nu scopul, ci mijlocul de satisfacere a trebuinţelor de creaţie. Datorită trebuinţei de delectare estetică omul caută şi se străduie să-şi facă traiul, odihna, într-un cuvânt să-şi facă viaţa frumoasă.

c) *trebuinţele sociale* – includ trebuinţele de a atinge o anumită condiţie de dezvoltare, de a căpăta o apreciere socială, trebuinţa de a fi prieten cu cineva, de a iubi, de a participa la activităţi în comun, trebuinţa de comunicare, anturaj, de cooperare şi integrare socială etc.

O trebuinţă a omului este trebuinţa de *a munci,* iar dacă omul este lipsit de posibilitatea de a munci, el va avea o stare de încordare şi insatisfacţie. La omul multilateral dezvoltat se manifestă toate trebuinţele umane.

Maslow H., psiholog american, este unul dintre cei, care s-a ocupat cu studiul trebuinţelor. El stabileşte cinci categorii de trebuinţe, pe care le organizează şi le structurează într-o „piramidă a trebuinţelor".

Maslow face câteva precizări în baza acestei piramide *(fig. 15)*:

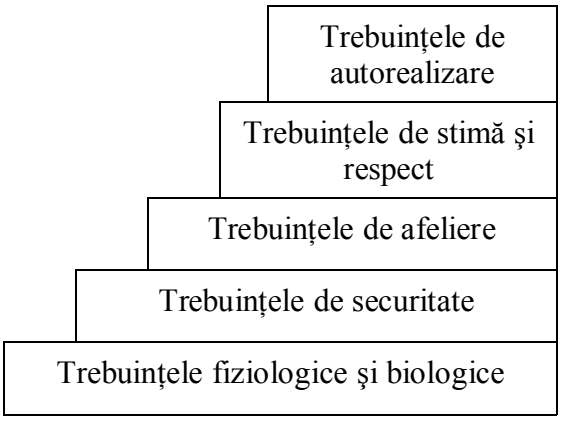


Fig. 15. **Piramida trebuinţelor (după H. Maslow).**

– trebuinţa este cu atât mai improbabilă, cu cât este mai continuu satisfăcută (ceea ce înseamnă că trebuinţa, care motivează comportamentul, este cea nesatisfăcută);

– trebuinţa nu apare ca motivaţie, decât dacă cea anterioară ei a fost satisfăcută (ceea ce sugerează existenţa unei ordini, a unei succesiuni în satisfacerea lor);

– apariţia unei trebuinţe noi după satisfacerea alteia anterioare nu se realizează brusc, ci treptat;

– cu cât o trebuinţă se află spre vârful piramidei, cu atât ea este mai specific umană (acestea sunt mai puţin urgente din punct de vedere fericire, creşte eficienţa biologică a organismului).

Pe baza acestei piramide putem explica înlănţuirea trebuinţelor, trecerea de la unele la altele, înlocuirea unora cu altele, reuşind să înţelegem mai bine însăşi conduita individului.

Satisfacerea firească a trebuinţelor se asociază cu reducerea tensiunilor; nesatisfacerea lor conduce fie la dilatarea şi exacerbarea acestora, fie la stingerea lor prin saturaţie şi reacţie de apărare, însoţită de perturbări caracteriale; nesatisfacerea lor o perioadă mai îndelungată de timp pune în pericol existenţa fizică şi psihică a individului.

A. Maslow a elaborat clasificarea sa, pornind de la aprecierea locului şi importanţa conţinutului motivului în structura personalităţii.

Acum vom descrie „piramida", care cuprinde 5 niveluri motivaţionale:

1. Trebuinţe biologice (fiziologice) – necesitatea de hrană, de odihnă, de sexualitate, de păstrare a sănătăţii, de oxigen, anumite condiţii de temperatură.

2. Trebuinţe de securitate – necesitatea de siguranţă existenţială, de securitate emoţională, profesională, socială, relaţională.

3. Trebuinţe de afeliere – necesitatea de stimă şi respect din partea celor din jur.

4. Trebuinţe de status (sociale) – necesitatea de apartenenţă şi adeziune, de identificare afectivă cu un grup sau categorie socială, de a fi membru al unei familii şi de a avea o familie, de a fi în consonanţă cognitivă şi afectivă cu membrii grupului.

5. Trebuinţe de autorealizare – necesitatea de a-ţi atinge propriul tău potenţial creativ, de a obţine performanţe înalte, de a contribui în mod propriu şi original la atingerea unor obiective profesionale sau sociale.

Următorul element din structura motivaţiei este *motivul*. *Motivul* exprimă forma concretă actuală, în care se activează şi se manifestă starea de necesitate.

Când individul îşi dă seama de deficitul de substanţe nutritive din organism şi se orientează spre înlăturarea lui, trebuinţa s-a transformat deja în motiv. Nu toate motivele sunt însă conştiente. Există unele motive inconştiente a căror substrat nu este clar delimitat, dar care îndeplinesc un rol important în activitate.

Spre deosebire de trebuinţă, care nu întotdeauna reuşeşte să declanşeze o acţiune, motivul asigură efectuarea comportamentelor corespunzătoare de satisfacere.

Aşadar, *motivul* poate fi definit *mobilul, ce declanşează, susţine energetic şi orientează acţiunea.*

De aici decurg şi cele 2 segmente ale motivului: unul *energizant* şi *dinamogen,* altul *orientativ* şi *direcţional*. Între aceste două segmente există o interacţiune şi o interdependenţă reciprocă.

Motivele sunt extrem de variate:

- individuale şi sociale;
- inferioare şi superioare;
- minore şi majore;
- egoiste şi altruiste.

Ele nu acţionează independent unele de altele, ci interdependent formând, în structura personalităţii, *configuraţii* sau *constelaţii* de motive.

Motivul este factor declanşator al acţiunii, în cadrul căruia este cuprinsă o cerinţă faţă de mediu, o preferinţă.

Interesele reprezintă orientări selective, relativ stabile şi active spre anumite domenii de activitate.

Dacă un individ începe multe activităţi şi nu finalizează corespunzător nici una dintre ele, înseamnă că el nu şi-a format încă interesele. Ele sunt tendinţe, preferinţe spirituale, atracţii irezistibile ale individului centrate pe un obiect fizic, o persoană sau o activitate, fără a viza materiale utile sau avantaje.

Tendinţa este expresia orientării. Impulsul orientat spre un anumit obiect, determinat în funcţie de anumite trebuinţe şi valenţe, devine tendinţă.

Tendinţa are un aspect funcţional, care constă într-o stare de tensiune. Acest fenomen motivaţional este determinat din interior prin trebuinţe şi impulsuri şi din exterior prin intensitatea şi calitatea valenţelor.

Interesele sunt formaţiuni motivaţionale mai complexe decât trebuinţele şi motivele, deoarece implică organizare, constanţă şi eficienţă.

În structura lor psihică intră elemente *cognitive, afective şi volitive*. Orientarea spre o activitate presupune prezenţa unor cunoştinţe, intrarea în funcţiune a activismului mintal, trăirea ei ca o stare agreabilă, care produce plăcere, dar care, totodată, împinge spre acţiune, spre control, spre punerea în disponibilitate a unor calităţi ale voinţei (hotărârea, perseverenţa etc.).

Există interese *generale şi personale, pozitive şi negative, profesionale şi extraprofesionale* (de timp liber).

Cea mai răspândită clasificare a intereselor este cea în funcţie de domeniul de activitate în care se manifestă (interese tehnice, interese ştiinţifice, interese sportive, interese literar-artistice). Foarte importante sunt interesele creative, caracterizate prin căutarea unor noi soluţii, a unor procedee inventive, a unor proiecte originale.

Un alt fenomen motivaţional este *impulsul.* ***Impulsul*** constă chiar în apariţia unei excitabilităţi accentuate al unor centre nervoase. Impulsurile sunt tendinţele, care constau într-o pornire spre mişcare, acţiune.

Datorită impulsului apar trebuinţele. Dacă termenul de *trebuinţă* indică aspectul de conţinut, apoi termenul de *impuls* desemnează aspectul procesual al trebuinţei. Aceşti doi termeni nu pot fi separaţi. Impulsul se naşte odată cu trebuinţa.

Intenţia este următorul component al motivaţiei. Ea poate fi concepută ca punerea în mişcare cu ajutorul sistemului verbal, a unei structuri de acţiune, care este formată de asemenea cu ajutorul sistemului verbal în conformitate cu cerinţele faţă de sarcină, de satisfacerea trebuinţelor, de realizarea scopului propus.

Intenţia este un fenomen foarte important. Dacă scopul propus nu a fost atins, intenţia nu s-a realizat, dar tensiunea psihică nu scade, ci se menţine sub formă de impuls pentru continuarea preocupării de problemă. Intenţia este o tendinţă conştientizată.

Alt fenomen motivațional este valența. Spre deosebire de celelalte fenomene motivaționale, valența nu reprezintă o anumită funcție interioară a organismului, ci o calitate a obiectelor, prin care se satisfac trebuințele.

Trebuințele pot fi satisfăcute în mai multe feluri. De exemplu, trebuința de hrană poate fi satisfăcută cu mai multe feluri de alimente, setea cu mai multe feluri de băuturi.

Valențele reprezintă conținutul trebuințelor, iar ultimul poate fi modificat şi îmbogățit în cursul experienței individuale.

Valența poate fi *pozitivă,* dar şi *negativă*. Drept exemplu ar putea servi: *pedeapsa, mustrarea, frustrarea, privarea de informații.* Deci aceste fenomene au o valență negativă.

O valență negativă de asemenea are şi ***eşec.*** După cum e şi firesc omul tinde spre obiective cu *valență pozitivă.*

Dorința este o trebuință conştientizată. În timp ce trebuințele sunt limitate, dorințele sunt evident mai numeroase, pentru că fiecare trebuință poate fi satisfăcută de o gamă mai mare de obiecte, situații. Iar dorința marchează trecerea de la motive spre scopuri sau proiecte.

Scopul este o imagine mintală a rezultatului, a efectului dorit, un gând prezent a ceea ce urmează să fie realizat în viitor.

Aspirația reprezintă năzuința spre scopuri, ce depăşeşte condițiile, la care a ajuns subiectul. Spectrul de aspirații ca şi modurile de satisfacere a dorințelor şi aspirațiilor sunt prefigurate social.

Convingerile sunt idei adânc implantate în structura personalității, puternic trăite afectiv, care „împinge", impulsionează spre acțiune.

Nu orice idee este o convingere, ci doar cea, care reprezintă pentru individ o valoare, o certitudine subiectivă, care îl ajută să stabilească ceea ce este valabil, optim, necesar, să distingă între bine şi rău, frumos şi urât, adevăr şi minciună. Aşadar, sunt convingeri numai *ideile-valoare*, care se contopesc cu trebuințele şi dorințele individului, cu aspirațiile şi năzuințele lui, cu trăsăturile lui de personalitate.

Ele îşi au rădăcinile în afectivitatea persoanei, în emoțiile, sentimentele şi pasiunile ei. Mai mult decât atât, ele se impun în comportament, îl orientează permanent, de aceea sunt nu doar constant provocate, ci şi virulent apărate, mai ales când sunt contrazise şi atacate. În aceste împrejurări ele devin adevărate *idei-forță.*

Convingerile intră în funcțiune în împrejurările de alegere sau conflict valoric.

Idealurile reprezintă proiecții ale individului în sisteme de imagini şi idei, care îi ghidează întreagă existență.

Idealurile reflectă o stare sau o situație proiectată în viitor, spre care tinde subiectul în mişcarea ascendentă de devenire şi de autodesăvârşire. Ele reflectă şi transfigurează atât experiența proprie, cât şi experiența semenilor, devenind, în cele din urmă, anticipări, generalizări şi optimizări ale proiectului existențial.

Idealul nu reprezintă o simplă formulă cognitivă de viață, preluată necritic din afară, prin imitație, ci este plămădit de individ în funcție de particularitățile lui proprii. Numai în felul acesta el se integrează valorilor personalității, iar cu timpul devine o valoare personală, reuşind să motiveze comportamentul.

Cercetările româneşti de psihologie au demonstrat că în structura psihologică a idealului se includ trei elemente fundamentale:

♦ *sensul şi semnificația vieții* (direcția, spre care se orientează o persoană, definită în funcție de modul de existență socială, cultură spirituală, valoare morală);

♦ *scopul vieții* (ca obiect al vieții, ca valoare personală supremă, ce prefigurează destine, componentă intelectual-voluntară, dar şi axiologică a idealului);

♦ *modelul de viață* (ghidul propus a fi urmat şi atins, un fel de Eu ideal, care călăuzeşte viața).

Idealul (moral, fiziologic, estetic, politic, existențial etc.), ca ceva ce nu există, dar ar putea fi, ca motiv central al existenței, ca opțiune valorică şi programativă de viață, ca „stea călăuzitoare" reprezintă o adevărată *forță spirituală*, decisivă pentru individ.

Concepția despre lume şi viață constituie o formațiune motivațională cognitiv-valorică de maximă generalitate, ce cuprinde ansamblul părerilor, ideilor, teoriilor despre om, natură, societate. Ideile şi teoriile din cadrul ei nu au doar o valoare de fapte de cunoaştere, ci de convingeri. Formată sub incidența condițiilor de viață, dar şi a culturii şi educației, fiind rezultanta experiențelor personale trăite pe drumul sinuos al vieții, ea reuneşte cognitivul cu valoricul şi se împlineşte în acțiune.

Între *convingeri, idealuri şi concepția despre lume* şi viață există o foarte strânsă interdependență, împreună constituind un complex motivațional de prim ordin al personalității.

2.3. Formele (tipurile) motivației

Există mai multe forme ale motivației, ce se clasifică, de obicei, două câte două perechi opuse, contrare.

I. Motivația pozitivă şi negativă

Motivația pozitivă este produsă de stimulările, cum ar fi lauda, încurajarea şi se soldează cu efecte benefice asupra activității sau relațiilor interumane, cum ar fi apropierea activităților, angajarea în ele, preferarea persoanelor etc.

Pozitive vor fi apreciate acele motive, a căror satisfacere, nu intră în conflict cu exigențele şi etaloanele morale, care funcționează la nivel social sau care, prin natura lor, generează comportamente şi activități orientate spre atingerea unor scopuri sociale.

Motivația negativă este produsă de folosirea unor stimulări, cum sunt amenințarea, blamarea, pedepsirea şi se asociază cu efecte de abținere, evitare, refuz.

Motivele negative se caracterizează prin faptul că satisfacerea lor, pe lângă un efect adaptativ de moment, asociat cu reducerea tensiunii inițiale şi obținerea unei doze de plăcere şi satisfacții de moment, generează efecte perturbatoare, secundare, care, cumulându-se în timp, conduc la serioase dezechilibre şi disfuncții în planul intern al sistemului personalității sau în planul relaționării individului cu mediul social.

În cea mai mare parte, aceste motive se leagă şi se adresează primordial sferei biologicului şi fiziologicului. Din categoria lor fac parte, trebuința pentru alcool, pentru fumat, pentru droguri, pentru mâncăruri excesiv de condimentate sau excesiv de grase, trebuința de acumulare excesivă a bunurilor materiale, trebuința de aventură.

II. Motivația cognitivă şi afectivă

Motivația *cognitivă* îşi are originea în activitatea exploratorie, în nevoia de a şti, de a cunoaşte, de a fi stimulat senzorial, forma ei tipică pentru curiozitatea pentru nou, complex, pentru schimbare. Se numeşte *cognitivă*, deoarece acționează dinlăutrul proceselor cognitive (percepției, gândirii, memoriei, imaginației), stimulând activitatea intelectuală.

Astfel de explorare se trece la reproducere, de aici la înțelegere, apoi la interes ştiințific, pentru ca în final să se ajungă la înclinația creativă. Ea îşi găseşte satisfacția în nevoia de a înțelege, explica, rezolva cu un scop în sine.

Motivația *afectivă* este determinată de nevoia omului de a simți bine în compania altora. Când copiii învață pentru a-şi satisface părinții sau pentru a nu pierde aprobarea, dragostea lor, spunem că sunt animați de o motivație afectivă.

III. Motivația intrinsecă şi extrinsecă

Deşi activitățile noastre sunt motivate, nu în toate activitățile motivele ocupă aceeaşi poziție. Dacă sursa generatoare este solidară cu activitatea desfăşurată de subiect, atunci vorbim de existența unei motivații *directe* sau *intrinseci*. Specificul acestei forme de motivație constă în satisfacerea ei prin însăşi îndeplinirea acțiunii adecvate ei.

Dacă sursa generatoare a motivației sugerată acestuia sau chiar impusă de o altă persoană nu izvorăşte din specificul activității desfăşurate, atunci avem de a face cu o motivație indirectă sau *extrinsecă.*

Din punctul de vedere al eficienței – nivelul de performanță şi consumul de efort (energie) şi timp – activitatea *intrinsec motivată* este superioară celei *extrinsec motivate*.

Astfel, pe când activitatea intrinsec motivată, având sursa de satisfacţie în ea însăşi, se efectuează cu plăcere şi cu un efort de mobilizare relativ redus, cea extrinsec motivată se efectuează sub semnul unei solicitări şi condiţionări externe, fără o plăcere interioară şi cu un efort intens de mobilizare voluntară.

De acest lucru ne dăm seama dacă punem alături două situaţii legate, de pildă, de activitatea de învăţare: prima, în care studentul învaţă dintr-o atracţie interioară, încercând satisfacţie în cursul desfăşurării activităţii propriu-zise, întărirea venind din conştientizarea lărgirii şi îmbogăţirii orizontului de cunoaştere; cea de-a doua, în care studentul învaţă, fie pentru a fi lăudat şi a primi o recompensă, dar fără a avea imboldul interior către aceasta, fie că optează pentru o profesie datorită salariului mare, fie de frica şi controlul din partea părinţilor.

În raport cu mai multe tipuri de sarcini şi solicitări, activitatea începe pe suportul unei motivaţii extrinseci şi, apoi, treptat, se poate transforma în activitate intrinsec motivată.

Şi, sub acest aspect, ne putem referi tot la activitatea de învăţare. Un student, care, iniţial, nu are nici o atracţie pentru învăţătură, pe măsură, ce asimilează cunoştinţe şi pe baza lor dobândeşte capacităţi şi competenţe, pe care înainte nu le-ar fi putut bănui, va trece de la suportul motivaţiei extrinseci la cel al motivaţiei intrinseci – satisfacţia rezultând din însăşi activitatea de învăţare.

O specie particulară a motivaţiei intrinseci este motivaţia cognitivă sau epistenică. Forma ei iniţială este *curiozitatea*, privită ca o trebuinţă de a obţine informaţie fără a avea nevoie de adaptare imediată.

Cum pot fi apreciate aceste forme ale motivaţiei din perspectiva *productivităţii* lor? Fără îndoială că ele sunt inegal productive. Motivaţia *pozitivă, intrinsecă* şi cea *cognitivă* sunt mult mai productive decât motivaţia *negativă, extrinsecă, afectivă.*

Productivitatea mai mare sau mai mică a formelor motivaţiei depinde de particularităţile concrete ale situaţiei, dar şi de factorii, cum ar fi: *vârsta subiecţilor, temperamentul sau caracterul lor.*

În explicarea motivaţiei poate fi folosit şi principiul *homeostaziei*. Prin homeostazie se înţelege tendinţa organismului de a menţine constanţi parametrii mediului intern, restabilindu-le nivelul, când acesta este perturbat de o influenţă externă.

Despre homeostazie s-a vorbit şi cu privire la relaţia dintre individ şi mediul social. Omul transformă mediul şi, totodată, se transformă pe sine. Deci, pe lângă motivaţia homeostatică apare şi motivaţia de dezvoltare, autorealizare, autodepăşire.

2.4. Motivaţie şi performanţă

Individul acţionează, de regulă, sub influenţa unei constelaţii: comportamentul este plurimotivat. Motivaţia conduce la obţinerea unor performanţe înalte.

Performanţa este un nivel superior de îndeplinire a scopului. Din perspectiva diverselor forme ale activităţii umane *(joc, învăţare, muncă, creaţie)* ceea ce interesează este valoarea motivaţiei şi eficienţa ei propulsivă. În acest context, problema relaţiei dintre motivaţie şi performanţă are nu doar o importanţă teoretică, ci şi una practică.

Relaţia dintre *intensitatea motivaţiei* şi *nivelul performanţei* este dependentă de *complexitatea* activităţii (sarcinii), pe care subiectul o are de îndeplinit.

Cercetările psihologice au demonstrat că în sarcinile simple (repetitive, rutiniere, cu componente automatizate, cu puţine alternative de soluţionare) pe măsură ce creşte intensitatea motivaţiei, creşte şi nivelul performanţei.

În sarcinile complexe însă (creative, bogate în conţinut şi în alternative de rezolvare) creşterea intensităţii motivaţiei se asociază, până la un punct, cu creşterea performanţei, după care aceasta din urmă scade.

Eficienţa activităţii depinde însă nu numai de relaţia dintre intensitatea motivaţiei şi complexitatea sarcinii (care poate fi o sarcină de învăţare, de muncă sau de creaţie), ci şi de

relaţia dintre intensitatea motivaţiei şi gradul de dificultate al sarcinii, cu care se confruntă individul.

Cu cât între mărimea intensităţii motivaţiei şi gradului de dificultate al sarcinii există o mai mare corespondenţă şi adecvare, cu atât şi eficienţa activităţii va fi asigurată.

În acest context, în psihologie a apărut ideea de optimum motivaţional, deci a unei intensităţi optime a motivaţiei, care să permită obţinerea unor performanţe înalte sau cel puţin a celor scontate.

De optimum motivaţional putem vorbi în două situaţii:

a) când dificultatea sarcinii este percepută (apreciată) corect de către subiect;

b) uneori dificultatea sarcinii este percepută incorect de către subiect.

Ca urmare, subiectul nu va fi capabil să-şi mobilizeze energiile şi eforturile corespunzătoare îndeplinirii sarcinii.

Într-un caz el va fi *submotivat*, va activa în condiţiile unui deficit energetic, ceea ce va conduce în final la nerealizarea sarcinii.

În cel de-al doilea caz, subiectul va fi *supramotivat,* va activa în condiţiile unui surplus de energie, care l-ar putea dezorganiza, stresa, i-ar putea cheltui resursele energetice chiar înainte de a se confrunta cu sarcina.

Pentru a obţine un optimum motivaţional este necesară *o uşoară dezechilibrare* între intensitatea motivaţiei şi dificultatea sarcinii.

În cadrul activităţii trebuie să ne mulţumim nu cu orice fel de performanţă, ci cu performanţe cât mai bune, cât mai înalte, care să însemne nu doar *o simplă realizare* a personalităţii, ci o *autodepăşire* a posibilităţilor ei.

Stimulul motivaţional, care impulsionează spre realizarea unor progrese şi autodepăşiri evidente, poartă denumirea de *nivel „de aspiraţie”*. Acesta trebuie raportat la posibilităţile şi aptitudinile subiectului (un 7 va fi un nivel de aspiraţie crescut pentru un student slab, acceptabil, pentru unul mediocru, dar o decepţie, pentru unul bun). Este bine ca nivelul de aspiraţie – pentru a avea un efect pozitiv – să fie cu puţin peste posibilităţile de moment.

Tema 3. AFECTIVITATEA

3.1. Aspecte teoretice şi metodologice generale

Conceptul de *afectivitate,* în psihologia generală, a fost multă vreme greu de definit. I.M. Testus (1736–1865) acum două secole preciza că psihicul uman se compune din intelect, voinţă şi sentimente, fenomenele afective au continuat să fie identificate, când cu procesele senzoriale, când cu instinctele individului cu trebuinţele sau cu reflexul unor modificări vegetative-organice în sfera trăirilor psihice conştiente.

Datorită cercetărilor psihologice contemporane, *afectivitatea* a dobândit statut de *aspect fundamental al personalităţii* de componenţă bazală, infrastructurală a psihicului, dar şi de nota lui definitorie, deoarece pentru afectivitate omul se diferenţiază de roboţi şi calculatoare de inteligenţă artificială, fiind rezonanţa subiectivă generală a individului, intim şi relaţional trăită la schimbările de tot felul din mediul său intern sau extern.

Omul nu se raportează indiferent la realitate, dimpotrivă, obiectele, fenomenele, evenimentele, care acţionează asupra lui, au un ecou, o rezonanţă în conştiinţa sa, trezesc la viaţă anumite trebuinţe, corespund sau nu nevoilor lui, îi satisfac sau nu necesităţile, aspiraţiile, idealurile. Între stimulii interni şi realitatea înconjurătoare au loc confruntări şi ciocniri, ale căror efecte sunt tocmai procesele afective. În timp ce aprobarea sau satisfacerea cerinţelor interne generează plăcere, mulţumire, entuziasm, bucurie, contrazicere sau nesatisfacerea lor conduce la neplăcere, nemulţumire, indignare, tristeţe etc. În cadrul proceselor afective pe prim plan se află

nu atât obiectul, cât valoarea şi semnificaţia, pe care acesta o are pentru subiect. Nu obiectul în sine este important, ci relaţia dintre el şi subiect, pentru că numai într-o asemenea relaţie obiectul capătă semnificaţii în funcţie de gradul şi durata satisfacerii trebuinţelor. Aceasta ne ajută să înţelegem de ce unul şi acelaşi obiect produce stări afective variate unor persoane diferite.

Afectivitatea este o componentă esenţială şi indispensabilă a sistemului psihic uman, la fel de necesară şi legic determinată ca şi oricare altă componentă – cognitivă, motivaţională, volitivă etc.

Afectivitatea este acea componentă a vieţii psihice, care reflectă, în forma unei trăiri subiective de un anumit semn, de o anumită intensitate şi de o anumită durată, raportul dintre dinamica evenimentelor motivaţionale sau a stărilor proprii de necesitate şi dinamica evenimentelor din plan obiectiv extern.

Raportul respectiv poate fi *nesemnificativ* sau *neutru* (situaţia de *statu-quo* sau de zero emoţional, prin analogie cu zeroul fiziologic în cazul sensibilităţii termice) şi *semnificativ*, generând activare şi trăire emoţională: *pozitivă,* în cazul când este „consonant", şi *negativă,* în cazul când el este „disonant".

Afectivitatea este o trăire diferenţiată, ca stare faţă de situaţii, evenimente, persoane, conţinuturi de comunicări, la care se participă etc.

Afectivitatea se manifestă nu numai faţă de evenimente prezente, ci şi faţă de cele evocate din trecut, dar şi asociate de trăiri, ce se vor putea produce în viitor. Expresiile afectivităţii, dacă sunt legate de un moment sau situaţie, se numesc *afecte* şi *emoţii*. Dacă sunt latente (de fond), se numesc *sentimente,* iar când au o intensitate foarte puternică şi obsesivă, răscolitoare, cu efecte de reflux în întreaga viaţă psihică, se numesc *pasiuni.*

Afectivitatea sau emoţionalitatea poate fi activă sau pasivă.

Activă este când se participă prin implicaţie în situaţii şi evenimente, *pasivă* – când evenimentele şi situaţiile se suportă doar sau se percep.

Exteriorizările prin comunicare verbală, tonalităţile acesteia, C.N.V. (comunicarea nonverbală) au toate laturile de afectivitate.

Afectivitatea pulsează tot timpul în viaţa momentului, de aceea poate fi considerată ca un fel de *musculatură a activităţii psihice* curente, dar şi a filmelor interioare, a reveriilor şi idealurilor traduse în scenarii interioare.

În acelaşi timp, afectivitatea este o permanentă alarmă în procesul de adaptare, dar şi o expresie a confortului sau disconfortului provocat de situaţii şi de starea generală psihică concomitent. Orice senzaţie sau percepţie are şi o încărcătură de confort sau disconfort psihic, adesea foarte complex, datorită implicaţiei afectivităţii. Afectivitatea este spontană şi încărcată de starea generală biologică şi psihologică şi chiar de încărcăturile inconştiente.

În concluzie putem menţiona că afectivitatea cuprinde totalitatea stărilor, fenomenelor şi trăirilor afective (emoţionale), ce reflectă atitudinea şi relaţiile subiective faţă de realitatea obiectivă.

3.2. Proprietăţile proceselor şi stărilor afective

- ***Polaritatea*** proceselor afective constă în tendinţa acestora de a gravita, fie în jurul polului pozitiv, fie în jurul celui negativ, şi apare ca urmare a satisfacerii sau nesatisfacerii diferenţiate a trebuinţelor, aspiraţiilor (totale sau parţiale, de lungă sau de scurtă durată). De obicei procesele afective sunt cuplate două câte două în perechi, cu elemente contrare: bucurie-tristeţe, simpatie-antipatie, entuziasm-deprimare, iubire-ură etc.

Polaritatea se exprimă în caracterul *plăcut sau neplăcut* al stărilor afective, *stenic* sau *astenic* al acestora (unele mobilizând spre activitate, altele, dimpotrivă, demobilizând, întârziind sau inhibând activitatea), în fine, în caracterul lor încordat sau destins (unele fiind tensionale, altele relaxante).

În mod curent se consideră că stările afective plăcute sunt întotdeauna stenice, pe când cele neplăcute, astenice, fapt inexact. Succesul, de exemplu, ca stare afectivă plăcută poate fi stenică

pentru unii oameni, „împingându-i” spre activitate, dar astenică pentru alții, făcându-i să se mulțumească cu ceea ce au obținut. La fel de eronată este şi opinia că trăirile afective ar fi perfect, exclusiv sau absolut polare.

- ***Intensitatea*** proceselor afective indică forța, tăria, profunzimea, de care dispune la un moment dat trăirea afectivă. Din această perspectivă vom întâlni unele stări afective intense şi chiar foarte intense şi altele mai puțin intense. Ea este în funcție atât de valoarea afectivă a obiectului, de semnificația lui în raport cu trebuințele subiectului, cât şi de capacitatea afectivă a subiectului.
- ***Durata*** proceselor afective constă în menținerea, persistența în timp a acestora, indiferent dacă persoana sau obiectul, care le-a provocat, sunt sau nu prezente. Un sentiment poate dura un an, doi sau toată viața, o emoție poate câteva ore sau câteva clipe; frica şi groaza în fața unui accident persistă şi după ce pericolul a trecut; dragostea se păstrează, chiar dacă ființa iubită nu mai este.

Această proprietate are o foarte mare importanță, deoarece, alimentând permanent semnificația afectogenă a unui stimul (obiect sau persoană), putem ține mereu trează starea afectivă față de el.

- ***Mobilitatea*** proceselor afective exprimă fie trecerea rapidă în interiorul aceleiaşi trăiri emoționale de la o fază la alta, fie trecerea de la o stare afectivă la alta. Din acest considerent ea trebuie deosebită de *fluctuația* trăirilor afective, care presupune tot o trecere de la o stare la alta, însă fără nici un motiv, fără să fie cerută de o solicitare obiectivă sau de vreo necesitate subiectivă. Fluctuația trăirilor afective este un indiciu al slăbiciunii, imaturității sau chiar patologiei proceselor afective.
- ***Expresivitatea*** proceselor afective constă în capacitatea acestora de a se exterioriza, de a putea fi „văzute”, „citite”, „simțite”. Exteriorizarea, manifestarea în afară se realizează prin intermediul unor semne exterioare, care poartă denumirea de expresii emoționale.

Cele mai cunoscute expresii emoționale sunt:

- *Mimica* – ansamblul modificărilor expresive, la care participă elementele mobile ale feței;
- *Pantomimica* – ansamblul reacțiilor, la care participă tot corpul: ținuta, mersul, gesturile;
- *Modificările de natură vegetativă* – amplificarea sau diminuarea ritmului respirației, vasoconstricția, vasodilatația, creşterea conductibilității electrice a părului, hiper- sau hipotonusul muscular, modificarea compoziției chimice a sângelui sau hormonilor etc., soldate cu paloare, înroşire, tremurături, lacrimi, transpirație, gol în stomac;
- *Schimbarea vocii* – a intensității, ritmului vorbirii, intonației, tembrului vocii etc.; după intonație; un „da” poate semnifica mai mult decât un „nu”.

Expresiile emoționale nu sunt izolate de latele, ci se corelează şi se subordonează stărilor afective, dând naştere la ceea ce se numeşte *conduita emoțional-expresivă.*

De exemplu, conduita expresivă a tristeții (atârnarea brațelor, aplecarea capului, pleoapelor şi colțul buzelor lăsate în jos, mişcări fără vigoare, ochii „stinşi”, fața „pământie”) se deosebeşte de conduita expresivă a bucuriei (ținuta dreaptă, ochii deschişi, strălucitori, mobilitatea brațelor în genere, a muşchilor etc.).

De menționat că *expresiile şi conduitele emoționale se învață*, *se însuşesc în timpul vieții*, fie prin imitație, fie prin efort voluntar. Că aşa stau lucrurile o demonstrează faptul că la orbii din naştere, expresivitatea emoțională este foarte sărăcăcioasă, fața este crispată, puțin expresivă, dacă şi lor li se aplică însă o serie de procedee speciale, li se vor putea forma unele conduite expresiv-emoționale.

Pe lângă capacitatea de învățare a expresiilor emoționale, omul o are şi pe aceea de a le *provoca şi dirija voluntar, conştient,* de a le *stimula şi folosi convențional* pentru a transmite o anumită stare afectivă, chiar dacă aceasta nu există. De aici, sunt posibile discrepanțe între trăirile afective şi expresiile emoționale.

Expresiile emoţionale îndeplinesc *roluri importante* în comportamentul omului, dintre care mai semnificative sunt:

- *rolul de comunicare;*
- *rolul de influenţare a conduitei altora în vederea săvârşirii unor acte;*
- *rolul de autoreglare* în vederea adaptării mai bune la situaţiile, cu care ne confruntăm;
- *rolul de contagiune (*de a se transmite şi de a trezi reacţii similare şi alte persoane, de a da naştere la stări afective colectiv-pozitive sau negative, prin aceasta întărindu-se forţa de coeziune sau de dezbinare a membrilor grupurilor*)*;
- *rolul de accentuare sau de diminuare a stării afective* (plângând ne putem „descărca", elibera sau, dimpotrivă, „încărca" afectiv).

3.3. Clasificarea proceselor şi stărilor afective

Complexitatea şi diversitatea formelor, în care se manifestă şi se structurează în plan intern sfera vieţii afective a omului, fac necesară o operaţie de evaluare şi clasificare.

Stările afective se pot diviza în două mari grupe:

A. *Stările afective statice,* exprimând raportul dintre noi şi lume, au un slab efect dinamogen, nu sunt motive de activitate îndelungată, deşi pot provoca puternice reacţii momentane.

Ele se divid în:

1) *stări afective elementare,* care cuprind atât *durerea şi plăcerea senzorială,* cât şi *agreabilul şi dezagreabilul;*

2) *dispoziţiile*;

3) *emoţiile.*

B. *Stările afective dinamice,* constituind cele mai puternice şi durabile motive ale comportamentului uman. E vorba de *sentimente şi pasiuni.*

1. Stările afective elementare:

- *Durerea senzorială* este un fenomen uşor de înţeles: în majoritatea cazurilor e vorba de excitarea intensă a unor terminaţii nervoase. Von Frey a identificat (încă din a. 1894) puncte specifice de durere, declanşată de excitaţii mecanice sau termice ale pielii, în care s-au identificat numeroase terminaţii nervoase. Specificul acestora rezultă din faptul că substanţele anestezice pot suprima durerea, rămânând senzaţiile de contact. În ambele boli pot dispărea senzaţiile dureroase, rămânând cele de contact sau invers. Nu se cunosc organe senzoriale specifice durerii, ea fiind în funcţie de excitaţia terminaţiilor nervoase existente pretutindeni în organism. Excitanţii, care provoacă durerea, sunt de natură diferită, fizică sau chimică, în relaţie cu unele tulburări circulatorii, inflamatorii ş.a.
- *Plăcerea senzorială.* Plăcerea senzorială tactilă e pusă în relaţie cu instinctul sexual.
- *Agreabilul şi dezagreabilul* sunt reacţii afective globale de slabă intensitate, impresii produse de orice percepţie.

Vorbim de plăcut sau dezagreabil numai în cazurile, în care trăirea este de slabă intensitate. Când se produc stări mai complexe şi mai intense, atunci le denumim emoţii.

Agreabilul atrage după sine mişcări de apropiere, o creştere a energiei, a activităţii mintale, pe când dezagreabilul e însoţit de tendinţa îndepărtării de sursă şi diminuare a energiei, a activităţii.

Stările afective elementare *au şi un important determinant de ordin calitativ.* Sunt mirosuri dezagreabile (cum e cel de putrefacţie), oricât de vagi ar fi. Şi invers, chiar de intrăm într-un depozit de portocale, unde parfumul lor e foarte intens, senzaţia rămâne plăcută.

Preferinţele umane, ce îi place şi ce-i displace omului depind, în mare măsură, de experienţa socială. Fumatul ajunge să fie o plăcere deosebită pentru fumătorii pasionaţi, deşi el este dăunător sănătăţii. Viaţa socială imprimă individului trebuinţe şi tendinţe variate, chiar în ce

priveşte funcţiile fundamentale, cum este alimentaţia. Alimente agreate de europeni sunt considerate necomestibile de către unele popoare din Asia şi invers. Agreabilul e legat de concordanţe cu cerinţele persoanei, iar neplăcutul de contradicţia cu aceasta.

2. Dispoziţiile. Stările afective elementare, agreabilul, durerea, dezagreabilul sunt trăiri afective de slabă intensitate şi scurtă durată (cu excepţia durerii senzoriale, care se poate prelungi multă vreme, dar atunci se transformă în emoţie).

Dispoziţiile *au* şi ele *o slabă intensitate, dar durează multă vreme*, zile, poate chiar şi săptămâni, influenţându-ne trăirile afective, care apar în acest răstimp: când cineva e prost dispus, vede numai aspectele neplăcute ale existenţei, trăieşte emoţii negative, n-are chef de lucru. Invers, buna dispoziţie ne face să vedem totul în culori luminoase, să avem chef de glume şi să muncim cu spor.

Aceste stări de spirit, pe care le-am numit dispoziţii, au o dublă condiţionare. *Cauzele de ordin intern* sunt: oboseala, proasta funcţionare a unor organe interne, o boală incipientă ori, dimpotrivă, o sănătate înfloritoare, resurse energetice abundente. *Cauzele exterioare* sunt constituite de existenţa unor conflicte în familie sau la locul de muncă, stări de frustrare, apariţia unor pericole. Ele pot favoriza şi buna dispoziţie: aprecierile pozitive ale unor persoane importante pentru noi, perspective atrăgătoare etc.

Dispoziţiile nu constau numai în a fi bine dispus ori rău dispus, există şi stări îndelungate de nelinişte, anxietate. Uneori suntem foarte iritabili, orice fleac ne enervează.

3. Emoţiile sunt stări afective, de scurtă durată, care traduc un specific al relaţiilor noastre cu un obiect ori o situaţie, deci au un caracter situaţional. Ele pot fi declanşate de o împrejurare reală sau imaginară (gândul că poliţia poate fi pe urmele sale sperie tâlharul, care are banii furaţi în geamantan). Intensitatea lor e foarte variată: poate fi vagă, mijlocie, dar şi foarte mare, zguduind întregul organism. În acest caz, vorbim de *emoţie-şoc* (căreia mulţi psihologi îi spun *afect*).

Există patru emoţii-şoc, tipice*: frica (frustrarea), furia, tristeţea în forma sa acută (disperarea) şi bucuria explosivă.* Dar acestea pot apărea, în condiţii obişnuite, cu o intensitate mijlocie: cineva *se teme* să intre la dentist; altcineva *se enervează* că prietenul său întârzie la întâlnire; un tânăr *se întristează*, fiindcă logodnica i s-a îmbolnăvit de gripă etc. Dar indignarea, simpatia, speranţa, antipatia, mila, satisfacţia, nehotărârea, sfidarea etc. Există şi emoţii în relaţie cu munca intelectuală: mirarea, nesiguranţa, certitudinea, îndoiala, ...etc.

Emoţiile sunt frecvent identificate cu sentimente, cum ar fi dragostea şi ura (dar sunt multe tipuri de dragoste: de tată, soţie, prieten, dragoste de muncă, de patrie etc.: după cum există şi variate obiecte ale urii: faţă de un rival, duşman, hoţ, de o sectă, o ideologie ş.a.). Într-adevăr, întorcându-ne la marii filosofi, care au analizat afectivitatea, constatăm o asemenea lipsă de diferenţiere.

Astfel, Rene Descartes în lucrarea sa „Les passions de l`âme" (Pasiunile sufletului) descrie 40 de „pasiuni", printre care figurează, pe lângă emoţii, sentimente, dorinţe şi chiar trăsături de caracter. Dar marele filosof francez consideră că toate îşi au originea în numai *şase pasiuni primitive*: mirarea, iubirea, ura, dorinţa, bucuria şi tristeţea. Toate celelalte n-ar fi decât varietăţi ale acestora sau rezultatul unor combinări ale lor. Cum se vede, trei din pasiunile fundamentale sunt emoţii, două – sentimente, iar una, dorinţa, constituie o denumire generică, în care pot figura nenumărate aspiraţii.

Dorinţa este o stare afectivă elementară, o trebuinţă conştientă de obiectul ei, care poate fi de scurtă durată. Dar ea e folosită adesea în locul termenului de aspiraţie, dorinţa durabilă de a realiza un anume progres, ceea ce presupune existenţa unui sentiment, acesta fiind o structură bine cristalizată, tainică.

Nu au fost deosebite net (şi nici azi nu sunt) pentru motivul că ele – dorinţa, aspiraţia, emoţia, sentimentul – toate sunt *trăiri afective foarte strâns legate, interdependente* şi pot avea acelaşi obiect, pot exprima calitatea aceleeaşi relaţii dintre obiect şi subiect.

Sentimentele se deosebesc de emoţii şi de simplele dorinţe prin amploarea, prin existenţa lor. Ele sunt transsituaţionale, persistând în variate împrejurări şi chiar în absenţa obiectului principal.

- ***Emoţiile-şoc*** sunt o categorie aparte de stări afective datorită intensităţii lor deosebite şi a exteriorizării lor puternice prin diferite expresii emoţionale, modificări fiziologice şi reacţii slab controlate.
- ***Furia*** este declanşată când cineva ne ofensează în chip jignitor, de multă vreme, ori ne-a cauzat un rău notabil şi apoi se amuză, intervenind momentul „paharului plin". Accesul de furie se manifestă prin înroşirea feţei, vinele feţei şi gâtului se îngroaşă, ochii ies din orbite şi se injectează, pulsul se accelerează, persoana gâfîie, începe să urle, se agită, gesticulează, uneori aruncă diferite obiecte din cale. Cazurile de „mânie palidă" se manifestă oarecum opus.
- ***Frica, teroarea*** sunt provocate de apariţia bruscă a unui mare pericol, cum ar fi un cutremur, când totul se clatină, se prăbuşeşte, sau apariţia unui urs agresiv în pădure. Tabloul expresiilor e relativ opus furiei: totdeauna apare o paloare cadaverică, ochii larg deschişi cu pupilele lărgite, fixând dezastrul sau pericolul iminent, părul se face măciucă, pe faţă apar broboane de transpiraţie, se declanşează un tremur, muşchii devin rigizi ori se contractă convulsiv, se fac gesturi de îndepărtare, izbucneşte un strigăt ascuţit de teroare. Persoana fie înlemneşte, fie porneşte într-o fugă disperată. Sunt cazuri când frica provoacă un stop cardiac fatal.
- ***Disperarea*** poate fi cauzată de moartea neaşteptată a unei persoane dragi sau incendierea locuinţei. Şi aici intervine paloarea feţei: sprâncenele devin oblice, faţa se alungeşte, colţurile gurii se lasă în jos, apar cute pe frunte, privirea devine ştearsă, inexpresivă, inima şi respiraţia îşi încetinesc ritmul, persoana suspină, uneori plânge cu hohote, i se înmoaie picioarele, apar tremurături şi senzaţia de frig.
- ***Bucuria explosivă*** survine când aflăm, pe neaşteptate, despre un eveniment fericit, mult dorit: candidatul, care se crede respins la un examen foarte important, află că totuşi a reuşit. Bucuria implică manifestări dinamice: unii sar în sus, dansează, bat din palme, râd din toată inima, bătăile inimii se accelerează, statura se îndreaptă, faţa se îmbujorează, ochii sticlesc, trăsăturile feţei capătă o alură ascendentă.

Există situaţii, când persoana reacţionează invers, paradoxal. Datorită epuizării, cineva, aflând o veste minunată, începe să plângă. Deşi, fiecare dintre emoţiile-şoc prezintă un tablou destul de specific, există şi *excepţii*: se poate păli şi de frică, şi de mânie, se plânge la tristeţe, dar şi la bucurie, se tremură de frică, dar şi într-un acces de disperare. În toate cazurile emoţiile-şoc sunt însoţite de puternice modificări fiziologice şi expresive.

Acum ne vom referi mai detaliat la *stările afective dinamice*, cum sunt sentimentele şi pasiunile.

- ***Sentimentele*** *sunt ample structuri de tendinţe şi aspiraţii, relativ stabile, care orientează, organizează, declanşează şi reglează conduita.* La om sentimentele au acelaşi rol cu cel al instinctelor la animale. Acestea cu cât sunt mai primitive, cu atât sunt dirijate mai exact de către instinct.

Comportamentul uman este subordonat, în mare măsură, reglementărilor sociale, totuşi, cel puţin în timpul său liber omul acţionează potrivit intereselor, ce corespund orientării sentimentelor sale. În limbajul curent, termenul de sentiment nu este utilizat frecvent: se aminteşte de „interese", „aspiraţii" sau „pasiuni" (pasiunile sunt într-adevăr nişte sentimente foarte intense, dar termenul e folosit şi atunci când e vorba doar de interese mai stabile). De exemplu, nu se vorbeşte de sentimentul dragostei pentru ştiinţă, ci se spune interes ori pasiunea pentru cercetare. Interesele, aspiraţiile, ca şi emoţiile izvorăsc la adult din orientările sentimentelor cristalizate. Apariţia sentimentelor e precedată de formarea unor dorinţe, atitudini şi emoţii. Odată constituite, ele devin permanente virtualităţi, posibilităţi de aspiraţii, atitudini şi emoţii.

Sintetizând numeroase structuri de tendințe, *sentimentele devin puternice forțe dinamizatoare, puternice motive de activitate.* Sentimentele sunt *transsituaționale*, vizând şi viitorul.

Termenul de sentiment este frecvent alăturat celui de atitudine afectivă. Între aceste fenomene există strânse relații. Dar, în unele cazuri, se merge până la a subordona sentimentul atitudinii, afirmându-se: „Atitudinea afectivă, odată formată, asigură constanța sentimentului". Totul e în funcție de cum sunt definite noțiunile. Unii cercetători caracterizează atitudinea afectivă ca fiind „o predispoziție subiectivă de a aprecia pozitiv sau negativ o situație, persoană ori simplă afirmație".

Sentimentele sunt izvorul unor atitudini, ca şi ale multor emoții. Numai aşa putem înțelege stările de spirit, atitudini, aparent contradictorii.

Sentimentele cunosc diferite grade de intensitate şi de complexitate. Doi tineri pot simți unul pentru altul o atracție puternică, dar care să fie pur senzuală. Cunoscîndu-se mai bine, ea poate cristaliza multe atitudini, aspirații asemănătoare, devenind un profund sentiment de iubire, foarte durabil, dirijând existența lor de-a lungul unei vieți.

Există o strânsă legătură între sentiment şi procesele cognitive. Ele sunt mult influențate şi, totodată, influențează imaginația. Dar sunt prezente şi în memorie, percepție, gândire. Se poate găsi o asemănare între sentimente şi noțiuni. Ambele sunt virtualități. Noțiunea constituie o posibilitate de judecăți, de acțiuni pe plan verbal, iar un sentiment asigură posibilitatea unor variate acțiuni afective, în planul obiectiv.

Oricare proces cognitiv poate deveni, în unele circumstanțe, sursa unei emoții şi chiar a unui sentiment. De exemplu, descoperirea unei disonanțe cognitive neaşteptate ne poate trezi o emoție de surpriză, şi, în acelaşi timp, un asemenea fenomen poate fi izvorul unei probleme, menită să canalizeze efortul unui savant ani de zile. Aceasta nu înseamnă să amestecăm terminologia, confundând fenomene mult diferite.

Varietatea sentimentelor este extrem de mare. Avea dreptate Spinoza când scria: „Sunt atâtea feluri de afecte, de câte feluri sunt obiectele, de care suntem afectați". Sentimentele sunt structuri complexe de tendințe. Tendințele sunt începuturi de mişcări în raport cu acțiunile dorite, care şi ele depind de obiecte, persoane, situații şi de relațiile existente între ele şi noi.

De aceea, clasificarea sentimentelor e foarte dificilă. Se pot face câteva mari diviziuni. Se pot distinge sentimentele inferioare de cele superioare; împărțirea nu se referă la vre-un criteriu moral, ci mai mult la gradul de complexitate.

Sentimentele inferioare sunt considerate cele aflate în relație cu trebuințe de ordin biologic sau strict personal.

Sentimentele superioare sunt cele în relație strânsă cu valori sociale, cu aspirații colective, benefice din punct de vedere social. Ele pot fi împărțite în trei mari grupe: morale, estetice şi intelectuale.

Sentimentele morale sunt în raport direct cu viața socială: sentimentul dreptății, dragostea de om, dragostea de muncă, patriotismul etc.

Sentimentele estetice sunt legate de trăirea frumosului din natură şi artă, de creație artistică.

Sentimentele intelectuale constau în aspirația de a cunoaşte. În cadrul lor s-ar putea distinge două categorii – aspirația de a şti cât mai mult, de a culege cât mai variate informații (caracteristică „eruditului") şi aceea de a soluționa o problemă ştiințifică, de a descoperi ceva nou (caracterizând pe cercetător).

Sentimentele superioare au un rol esențial pentru progresul social, ele dinamizează indivizii, favorizează înțelegerea şi colaborarea în muncă, furnizează energia necesară creatorului, atât în ştiință, cât şi în artă. Ele au importanță şi pentru fericirea personală, pentru menținerea echilibrului psihic. Sentimentele inferioare n-au stabilitatea şi trăinicia celor superioare. Satisfacțiile de ordin alimentar sau erotic sunt de scurtă durată şi se transformă uşor în contrariul lor. Cu confortul omul se obişnuieşte repede. Ambițiile materiale dau satisfacții limitate, deoarece nu putem toți fi milionari.

- ***Pasiunile***. Nu sunt deosebiri mari între pasiuni şi sentimente. E o chestiune mai mult de intensitate, pasiunile fiind înrobitoare, acoperind sau subordonându-se toate preocupările, dominând puternic întreaga viaţă afectivă. Există iubirea-pasiune, avariţia, pasiunea social-politică, pasiunea artistică, ştiinţifică, sportivă etc. Trebuie însă să facem o delimitare între pasiunile pozitive şi cele negative. Primele îmbogăţesc viaţa psihică cel puţin dintr-un domeniu şi permit realizări importante, mai ales când se îmbină armonios şi cu un talent autentic. Dintre acestea fac parte cele menţionate, cu excepţia zgârceniei, care este una negativă. Şi mai dăunătoare sunt aşa-numitele „*patimi*": beţia, goana continuă după alcool, cu obsesia aerului de cârciumă; apoi dependenţa de drog sau pasiunea jocurilor de noroc, toate au distrus vieţi, familii. Pasiunile negative conduc la o sărăcie accentuată a vieţii psihice, la degradarea morală şi fizică. Deşi similară sentimentelor, în pasiune apare o evidenţă *unilateralitate*. Chiar omul de ştiinţă, dacă e pasionat, îşi neglijează viaţa de familie, uită de îndatoririle sale sociale, nu e sensibil la suferinţele altora, fiind receptiv numai la ceea ce are o legătură directă cu problemele disciplinei sale. Se instaurează o *dominantă afectivă,* care poate deforma totul prin prisma ei.

În orice sentiment intervine subiectivitatea, dar nu ajunge la cote mari de denaturare. Unilateralitatea pasiunii favorizează în unele cazuri obţinerea de importante realizări, mai ales dacă ea se sprijină pe un real talent, deşi ea nu e o condiţie indispensabilă.

Cercetarea ştiinţifică solicită o deplină obiectivitate, greu compatibilă cu o abordare pasională.

3.4. Teorii asupra naturii emoţiilor

- *Teoria intelectualistă* a fost elaborată la începutul secolului trecut şi îi aparţine lui Herbart şi Nahlowski. Ei erau adepţii unei psihologii asociaţioniste, care dădea o mare importanţă reprezentărilor şi asocierii lor. Încât aceşti filosofi au explicat emoţiile prin dinamica reprezentărilor. O stare afectivă ar lua naştere din interacţiunea imaginilor.

De exemplu, când o reprezentare este prinsă între cele, care o stopează, şi altele, care o împing, apare emoţia întristării. Astfel, vestea morţii unui bun prieten îmi aduce imaginea lui în minte, care îmi evocă numeroase amintiri fericite, petreceri tinereşti, glume, discuţii, dar acestea sunt stăvilite de noua reprezentare a trupului său neînsufleţit, imobil şi rece. Ciocnirea lor brutală constituie ceea ce noi resimţim ca fiind o adâncă tristeţe, durere. Acest punct de vedere era totuşi mai puţin naiv decât pare astăzi, deoarece reprezentările erau privite ca fiind legate de anume tendinţe; sau, acestea, constituind începuturi de mişcări, au rol cert în viaţa afectivă.

- *Teoria fiziologică-periferică* e legată şi ea de două nume: James şi Lange; între ei au fost unele deosebiri, dar W. James, cunoscut filosof, este acela, care a contribuit la răspândirea punctului său de vedere – o viziune paradoxală. Noi raţionăm greşit, spunea el. Considerăm că, văzând un urs în pădure, mă sperii şi atunci devin palid, mi se zbârleşte părul, tremur etc., de fapt, ordinea ar fi inversă: văd ursul, încep să tremur, pălesc etc. şi conştiinţa acestor modificări fiziologice este ceea ce eu numesc *frică*. Deci percepţia atrage după sine modificările fiziologice, iar conştiinţa acestora constituie ceea ce eu numesc *emoţie*. Nu fiindcă sunt trist plâng, ci, invers, fiindcă plâng mă simt trist.

Teoria lui James-Lange are meritul că a subliniat importanţa modificărilor fiziologice – mai ales în cazul *emoţiilor-şoc*, care fusese neglijate de teoriile intelectualiste, încolo sunt multe argumente împotriva punctului lor de vedere. Mai întâi, fiziologii, înregistrând precis diferitele transformări fiziologice produse în emoţii, n-au reuşit să stabilească un profil absolut specific pentru fiecare emoţie, întrucât există manifestări, care apar în două-trei emoţii distincte, apoi chiar aceeaşi emoţie se poate exterioriza în moduri diferite, aproape contrarii.

Apoi, intensitatea unei trăiri afective nu e deloc proporţională cu cea a exteriorizărilor şi a manifestărilor corporale.

- *Teoriile fiziologice centrale*. Cea mai importantă este acea cunoscută sub numele de teoria lui Cannon-Bard, formulată de primul şi dezvoltată de al doilea. W. Cannon, efectuând

numeroase studii experimentale asupra creierului pisicii, a demonstrat rolul important, pe care îl are talamusul, în declanşarea expresiilor emoţionale, cât şi influenţa inhibitoare a cortexului asupra acestei formaţii subcorticale. Ca urmare, el a formulat o teorie după care rolul esenţial în emoţii îl are talamusul (de aceea a fost numită şi *teoria talamică a emoţiei*).

În concepţia lui W. James, talamusul nu joacă nici un rol, cortexul declanşând reacţiile periferice, iar perceperea lor constituind emoţia. După Cannon-Bard, excitaţiile senzoriale ajung în talamus, care le transmite la cortex: talamusul, dezinhibat de cortex, declanşează modificările musculare şi viscerale, simultan informând şi cortexul. Deci sursa trăirii afective o constituie procesele talamice. Modificările organice apar aproape instantaneu cu trăirea emoţională şi nu ele sunt cauza emoţiei. Emoţia rezultă dintr-o excitare concomitentă a talamusului şi cortexului.

În deceniile următoare (studiile lui Cannon-Bard datând din perioada 1920–1950), neurofiziologii au pus în lumină şi rolul, pe care-l au în emoţii şi alte formaţii din creier, îndeosebi sistemul limbic. Ca şi Cannon, nu s-a mai negat rolul cortexului, dar atenţia lor a avut în centru formaţiile subcorticale.

- *Teorii cognitive* (*Teoria excitatorie*). E vorba de acei psihologi, care au scos în evidenţă rolul important al scoarţei cerebrale. Magda Arnold (în a. 1950) a subliniat rolul evaluării stimulilor, situaţiei. În primul rând, aprecierea se face prin prisma impresiilor de plăcut-neplăcut, dar survine şi memoria, dând un conţinut specific trăirii emoţionale. Cortexul se manifestă şi activ, el dă un impuls, care iniţiază reacţia organismului. Desigur, talamusul rămâne iniţiatorul principalelor expresii emoţionale, însă în urma unei excitaţii specifice recepţionate de la formaţiile superioare. Iar modificările periferice, printr-un feed-back, sunt sesizate de cortex, ceea ce intensifică, de obicei, emoţia. Deci succesiunea fenomenelor ar fi următoarea: stimularea de origine senzorială, percepţia, evaluarea, impulsul către acţiune, expresiile emoţionale (cu modificările vegetative însoţitoare) perceperea acestor reacţii organice şi reevaluarea emoţională.

În experimentul realizat de R. Lazarus, o serie de persoane au fost puse să asiste la un film, în care se înfăţişa un groaznic accident şi o operaţie chirurgicală efectuată pe viu. Într-un caz, aceste situaţii erau însoţite de un comentariu subliniind daunele, necazurile, în alt caz comentariul era o descriere obiectivă, ştiinţifică şi, într-un al treilea, proiecţia s-a efectuat fără nici o verbalizare. Înregistrări obiective (reflexul electrodermal şi ritmul cardiac) au indicat o emoţie evidentă în prima situaţie – absentă în celelalte două. R. Lazaur a subliniat, în concluzie, *rolul hotărâtor al factorului cognitiv.*

- *Teorii motivaţionale.* Deşi existau mai multe formulări în legătură cu reacţiile intime între emoţie şi motivaţie şi cu sferele lor de suprapunere, abia Bindra (1969, 1970) promovează clar, concret, o schemă comună pentru cele două concepte. Atât emoţia, cât şi motivaţia, după el, pot fi studiate şi interpretate din punct de vedere neuropsihologic, într-o singură formulă. Se ajunge astfel, pur şi simplu, la o substituţie a termenilor.

După autor datele problemei pentru un asemenea curs ar fi următoarele: structurile neurale implicate în emoţie nu sunt altele decât acelea, pe care le utilizează acţiunile motivaţionale. Interferenţa dintre cele două fenomene este mare, aşa încât emoţiile devin (pentru unii) factori perturbatori ai comportamentului motivat, iar motivele acţiunilor individului, factori, care contribuie la apariţia şi desfăşurarea răspunsurilor emoţionale. Altfel spus, o emoţie cum e mânia se poate întâlni cu un motiv al acţiunii, cum e foamea, într-un acelaşi comportament, mobilizând aceleaşi structuri neuropsihologice, indiferent că unii denumesc ansamblurile acestor structuri creier „motivaţional", „visceral" sau „emoţional". Conceptual, deci, n-ar exista premise pentru acceptarea a doi termeni nediferenţiabili, ci ar fi vorba de procese de natură motivaţional-emoţională deopotrivă, în care noţiunea de bază ar fi cea de „stare motivaţională centrală" (*central motive state – CMS*).

Astfel s-a ajuns la o teorie motivaţională a emoţiei. Toate teoriile, care menţionează legătura mai mult sau mai puţin profundă dintre emoţie şi motivaţie, se înscriu în planul surprinderii unei relaţii, care trebuie acceptată cu necesitate.

- *Teorii biologice.* Ne vom referi în primul rând la teoria lui McDougall (a. 1928), elaborată şi explicată în decursul a două decenii aproape. Concepţia sa despre emoţie, bazată pe

factori biologici, în primul rând evolutivi şi genetici, este modelată în conformitate cu experienţa şi comportamentul uman. Teza de bază a lui McDougall este aceea că modalitatea de a trăi subiectiv (ca o conştiinţă a unei atitudini) un eveniment reprezintă diferite sentimente complexe (cum ar fi speranţa, anxietatea etc.), o specie comună cu emoţia, deşi în legătură cu aceasta ar fi mai bine ca să nu fie utilizat termenul generic de „emoţie". Aceste sentimente sunt direct legate de eforturile adaptative ale organismului, de activitatea sa conativă direcţionată către un scop, activitate, care nu este altceva decât o formă de manifestare a instinctului. Diferitelor forme de instinct li se atribuie echivalenţi afectivi. La animale principalele comportamente instinctive includ căutarea hranei (căreia îi corespunde apetitul), lupta pentru obţinerea ei (agresivitatea) şi fuga de pericol (frica).

Conform concepţiei autorului, se poate spune că întinsa gamă a modurilor de trăire subiectivă (sentiment şi emoţie), care sunt un fel de accesorii ale acestor procese (comportamentale) de bază au evoluat şi s-au diversificat în două forme primitive de sentimente: *plăcerea şi durerea*. La om apare o complexitate mult evoluată datorită dezvoltării structurilor mintale şi deci a capacităţii cognitive, care pot determina dorinţe şi sentimente de-a lungul unei scale perpetue, pe coordonatele plăcerii-neplăcerii.

- Tot ca o *teorie de tip biologic* este şi acea a lui Plutchik (1962), care, asemenea lui McDougall, leagă afectivul de activitatea conativă a tipurilor comportamentale, în spatele cărora stau factorii instinctivi.

Comportamentele emoţionale sunt la el *pattern*-uri de răspuns moştenite, la care s-au adăugat modificările de rigoare în decursul evoluţiei. Deoarece, după cum consideră, emoţia este întâlnită pe întreaga scală a evoluţiei animale (primate, vertebrate) reiese că ea nu poate apărea şi nici nu poate fi înţeleasă decât legată de procesele biologice de bază.

Pentru Plutchik definitoriu pentru emoţie este *reactivitatea comportamentală*, emoţia fiind mai curând recunoscută prin ceea ce face individul decât prin felul, în care trăieşte şi apreciază el, introspectiv, emoţia respectivă.

Diferenţierea tipului de comportament emoţional faţă de alte tipuri de comportament ar rezulta din legătura, pe care aceste comportamente o stabilesc cu procesele biologice adaptative de bază (ex.: comportamentul alimentar, de căutare, adăpostire, sexual etc.).

Modelul structural al emoţiilor, aproximat de Plutchik, este axat pe natura bipolară a emoţiilor primare, în care dimensiunea intensităţii (sau nivelul de activare) reprezintă o scală cu nenumărate trepte.

Esenţialmente biologică, deşi exprimată în termeni comportamentali, teoria lui Plutchik pare de uz limitat, deoarece componentele emoţiei nu sunt analizate, toate, la importanţa lor reală.

- O caracteristică biologică asemănătoare poate fi atribuită şi teoriei lui Pradines (1958) asupra afectelor, privite ca nişte forme elementare senzoriale. Ele nu sunt mai subiective decât senzaţiile, dimpotrivă, sunt nişte circumstanţe obiective, pentru care produc impresii ca urmare a stimulărilor senzoriale sau percepţiei.

3.5. Agresivitate – toleranţă

Structura sistemului afectiv al personalităţii se poate realiza la niveluri diferite de activare (de prag) pentru cele două segmente polare – pozitiv şi negativ. De asemenea, întinderea celor două segmente poate fi diferită, ceea ce conduce la formarea în plan individual a unor profiluri emoţionale semnificativ deosebite.

Drept coordonate fundamentale de integrare a acestor profiluri, din punct de vedere relaţional, interpersonal, se disting *agresivitatea şi toleranţa.*

Agresivitatea presupune integrarea emoţiilor de semn negativ (de discordanţă sau de respingere a obiectului) într-un *pattern* de acţiune distructivă. În plan filogenetic, agresivitatea se constituie într-un montaj instinctual, care împinge la atac.

La om, sub influenţa normelor şi limitelor de ordin cultural, moral, agresivitatea este împinsă în plan secundar şi exprimarea ei devine condiţionată. Totuşi, ca impuls primar, de

natură instinctual-inconştientă, ea intră în sfera afectivă a oricărei persoane. Gradul de intensitate şi pragurile ei de activare diferă însă, în limite foarte largi, de la un individ la altul. Se delimitează, astfel, *tipul agresiv de personalitate*, caracterizat prin atitudinea emoţională rejectivă, irascibilitate, tendinţa de a riposta la prezenţa şi manifestările celorlalţi cu duritate şi prin încercarea de a-şi satisface interesele prin forţă. Agresivitatea este o stare afectivă reactivă, prin care se exarcerbează propriile interese şi valoarea propriului Eu, asociindu-se cu egocentrismul, cu egoismul şi cu convertirea influenţelor sau acţiunilor celor din jur în ameninţări la adresa propriei persoane. Ea este activă şi susţinută adesea de răutate şi ură.

Agresivitatea nu se manifestă numai în plan acţional-comportamental, ci şi verbal, limbajul oral, în acest caz, al persoanei agresive abundând în expresii ameninţătoare, provocatoare, jignitoare.

În sfera intensităţii emoţiilor acţionează legea sumaţiei: din intensităţi individuale iniţial scăzute se ajunge la o emoţie colectivă de intensitate sporită (ceea ce nu se întâmplă în cazul inteligenţei, de pildă).

Pe lângă îngrădiri, societatea a creat şi modalităţi specifice de canalizare şi manifestare controlată a agresivităţii. Cel mai obişnuit asemenea cadru îl constituie întrecerile sportive. În unele genuri de sport – lupte, box, agresivitatea atinge cote înalte de exteriorizare, apropiindu-se de natura ei primară, instinctuală.

Fenomenele sociale cu caracter global, în care agresivitatea se dezlănţuie destructiv, sunt răscoalele, revoluţiile şi războaiele.

Opusă agresivităţii este coordonata ***toleranţei***. Toleranţa rezultă tot dintr-o relaţionare internă între cele două segmente polare ale afectivităţii, însă în cazul său predomină întinderea segmentului de semn pozitiv. Aceasta are drept efect în plan psihocomportamental o deschidere largă spre lume, cu o extindere corespunzătoare a fâşiei de acceptanţă a influenţelor şi acţiunilor celor din jur. În plan comportamental, aceste influenţe şi acţiuni generează trăiri pozitive de securitate, de reciprocitate, de cooperare, de empatie etc.

Modalităţile caracteristice de satisfacere a propriilor stări de motivaţie vor fi preponderent paşnice – persuasiunea, negocierea, cooperarea etc. Montajele interne stabile, prin care persoana se relaţionează cu cei din jur, vor fi întotdeauna de consonanţă, de atenuare/reducere a tensiunilor şi de creare a unei stări de echilibru.

Trăsătura toleranţei acţionează în direcţia reducerii şi atenuării acelor sentimente de semn negativ mărunte şi conflictogene, precum invidia, suspiciunea şi ura, generatoare de tensiune, conflict şi insecuritate socială.

3.6. Stresul, anxietatea şi angoasa

În dinamica sferei afective, se individualizează trei stări cu implicaţii majore pentru viaţa şi activitatea curentă a persoanei umane. Acestea sunt *stresul* (componenta sa afectivă), *anxietatea şi angoasa*.

Noţiunea de stres a fost elaborată de către Hans Selye, în perioada 1936–1950. În accepţiunea sa iniţială, termenul desemna o stare de tensiune, de încordare. Selye i-a dat un conţinut şi un sens nou, exprimând prin el aşa-numitul *sindrom general de adaptare (General adaptation sindrom)*.

La început, acest sindrom avea un conţinut pur fiziologic – cuprinzând doar ansamblul reacţiilor vegetative şi biochimice, pe care organismul, ca *tot*, le manifestă la acţiunea unui agent stresor (fizic, mecanic, chimic). Ulterior, pe lângă stresul fiziologic, a fost recunoscut şi stresul psihic şi psihosocial.

Caracterul de sindrom de adaptare este dat de faptul că el conţine o gamă variată şi relativ întinsă de reacţii şi că precede orice comportament specific, finalist. După Selye, acest sindrom are o desfăşurare fazică, în dinamica lui evidenţiindu-se următoarele etape sau verigi: a) *reacţia de alarmă,* care conduce la activarea generală a organismului; b) *reacţia de rezistenţă*, prin care organismul îşi mobilizează resursele energice pentru a contracara efectele dezorganizatoare ale

acţiunii stresorului; c) *faza de epuizare,* în care se acumulează efecte entropice, ce îndepărtează posibilitatea obţinerii echilibrului.

Cercetările ulterioare au demonstrat că, întrucât sindromul de adaptare se impune ca premisă obligatorie a pregătirii şi incitării răspunsurilor specifice, termenul de stres trebuie asociat cu două tipuri de efecte: *pozitive sau adaptative* şi, în acest caz, avem de a face cu *eustresul,* şi *dezadaptative, dezorganizatoare*, caz, în care avem de a face cu *distresul.*

Trăirea afectivă, manifestată în forme variate – încordări, tensiuni, disconfort, agitaţie, insatisfacţie, furie etc. – reprezintă principalul indicator subiectiv al stării de stres.

Efectul negativ al unui episod particular de stres, dacă nu a fost rezolvat complet în urma intervenţiei mecanismelor de adaptare de tip eustres, se poate păstra în timp, sporind vulnerabilitatea echilibrului sistemului organismului la acţiunea ulterioară a factorilor stresanţi. Tocmai sub acest aspect stresul dobândeşte o conotaţie negativă, care impune menţinerea lui sub control.

Stresul psihic se delimitează (relativ) de cel fiziologic prin faptul că el se produce pe fondul interacţiunii Eului, a persoanei conştiente de sine şi cu o anumită preţuire de sine, cu evenimentele existenţiale. O nemulţumire de sine, sentimentul unei neîmpliniri, o discrepanţă între aspiraţie şi realizare, o apreciere nedreaptă la adresa competenţei sau activităţii personale, un diferend sau conflict interpersonal, o neînţelegere în familie, pierderea unei fiinţe apropiate etc., toate acestea pot acţiona ca stresori, determinând o anumită bulversare a echilibrului vieţii interioare. Ca şi în cazul stresului fiziologic, dacă acest afect nu este înlăturat prin mecanismele de apărare a Eului, atunci el se perpetuează şi se cumulează în timp, transformându-se în „focar" generator de tulburări neurotice.

Trăirile, ce însoţesc sau se dezvoltă pe fondul stresului psihic, îmbracă forma unei suferinţe existenţiale sau morale (a unei insatisfacţii de sine sau de lume, a unei neplăceri de a trăi, a unei disperări, a unei depresii).

Anxietatea este o stare afectivă generalizată, difuză, caracterizată prin trăiri – de tulburare, de insecuritate şi teamă – pe care subiectul nu le poate explica şi relaţiona obiectual.

Spre deosebire de emoţiile obiectuale, anxietatea nu antrenează, de regulă modificări fiziologice. Diferitele orientări doctrinare îi găsesc origini diferite. Astfel, pentru reprezentaţii teoriei învăţării, anxietatea este rezultatul perpetuării prin condiţionare a reacţiei de teamă, fiind nemijlocit determinată de raportul subunitar dintre reuşite şi eşecuri; dimpotrivă, pentru psihanalişti, ea este un efect al frustrării repetate a pornirilor şi tendinţelor libidoului şi al interdicţiilor impuse de Supraeu; anxietatea este considerată un semnal de alarmă adresat Eului – conştiinţei de sine a personalităţii – singurul în măsură să întreprindă acţiuni de redresare sau să-şi mobilizeze mecanisme specifice de apărare. Persoana anxioasă manifestă întotdeauna reţinere şi teamă în raport cu viitorul, cu activităţile, pe care urmează să le efectueze, sau cu situaţiile, cu care urmează să se confrunte.

Angoasa s-ar putea defini o agravare şi intensificare a anxietăţii, ea caracterizându-se, din punct de vedere psihologic, printr-o nelinişte dusă la extrem, printr-o frică iraţională acutizată. În planul trăirii conştientizabile, ea se concretizează printr-o senzaţie apăsătoare de indispoziţie profundă, legată de presimţirea unui pericol nedefinit, dar iminent, în faţa căruia rămâi total descoperit, dezarmat.

În majoritatea cazurilor, starea respectivă se asociază cu modificări neurovegetative manifestate prin şocurile emoţionale: palpitaţii, transpiraţie, tremurături, înţeţoşarea privirii, hiperpnee, agitaţie motorie etc.

Angoasa bulversează profund echilibrul personalităţii, ducând la o regresie atât în sfera gândirii, cât şi a celei afective. Cauzele, ce provoacă pot fi diferite: un conflict interior, o activitate sexuală nesatisfăcătoare sau o pierdere în dragoste (doliu, respingerea din partea persoanei iubite), un eşec profesional etc.; asemenea cauze determină reactivarea unui vechi sentiment de abandon datorat precedentelor experienţe dureroase (N. Sillamy, 1996).

În unele cazuri, angoasa este generată, nu de situaţia reală, ci de fantasmele, reprezentările imaginare ale unei situaţii conflictuale inconştiente.

Luată în sine, angoasa nu este un fenomen patologic, fiind legată, generic, de condiția umană, de raportul dintre întăririle pozitive şi cele negative ale manifestărilor de conduită în copilărie ori de raportul dintre dorințe şi împliniri la vârstele adulte.

La vârsta adultă, când apar momente cruciale de viață, şi se impune o nouă adaptare, individul poate intra, temporar, în angoasă. Dacă el se dovedeşte incapabil să-şi creeze condiții propice de adaptare, sentimentul de insecuritate va continua să persiste, ducând la neuroză sau la psihoză. Angoasa patologică, descrisă de nomenclatura medicală americană (DSM III, 1988) sub termenul de „tulburare, panică", este simptomul clinic cel mai frecvent întâlnit în practica psihiatrică.

Tema 4. VOINȚA

4.1. Definirea şi caracterizarea generală a voinței

Voința este unul din fenomenele cele mai complexe ale psihologiei omului, care este destul de dificil a fi determinată. În continuare se face o încercare de a clarifica starea contemporană şi problemele de bază ale cercetărilor psihologice ale voinței.

Încă din antichitate şi până în zilele noastre problema voinței atrăgea atenția savanților şi cercetătorilor din diferite direcții ale psihologiei. Punctele de vedere exprimate diferă unele de altele, şi nu de puține ori se situează chiar la poli opuşi.

În legătură cu renaşterea generală a interesului față de problemele umanitare, general-umane ale psihologiei în ultimile decenii s-a observat o atenție sporită față de fenomenul de voință.

Cândva, încă în secolele XVIII–XIX, această problemă era una dintre cele centrale în studiile psihologice. La începutul sec. XX, în legătură cu situația generală critică în această ştiință, voința a fost trecută pe planul doi. Ea s-a dovedit a fi cea mai *complicată* din acea mulțime de probleme, care era necesar de a le înainta şi soluționa pe o bază metodologică nouă. Însă ignorarea sau neobservarea ei era imposibilă, deoarece ea face parte din acele fenomene psihice, existența şi rolul important al cărora în viața omului nu necesită o demonstrare deosebită.

Din această cauză la începutul sec. XX şi în următoarele decenii cercetătorii voinței au continuat, ce-i drept nu atât de activ, cu folosirea autoobservării în calitate de metodă de bază a dezvoltării fenomenelor legate de ea.

Însă, ca urmare a stării nesatisfăcătoare a cercetărilor voinței, mulți savanți renunțau la această noțiune ca la ceva ştiințific, căutau să o schimbe cu caracteristici de purtare sau de alt mod, operaționale şi verificaționale, deci cu acele, ce se pot observa şi aprecia. Astfel, în psihologia americană (behaviorismul în locul noțiunii de „voință" a început să utilizeze noțiunea *„fermitatea comportării"* – perseverența omului în înfăptuirea actelor comportării, înfruntarea obstacolelor corespunzătoare. Această perseverență, la rândul său, cercetătorii o determinau cu asemenea caracteristici ale personalității cum sunt scopul precis, răbdarea, îngrijirea, consecutivitatea, rezistența etc.

Cercetările psihologice ale voinței țin de diferite direcții ştiințifice. Acum mulți savanți întreprind măsuri, orientate spre a renaşte ştiința despre voință ca ceva unic, spre a-i atribui un caracter integrativ.

Unul din acei cercetători din Rusia, care a acordat o atenție deosebită acestei probleme, V.A. Ivannikov corelează soarta cercetărilor psihologice ale voinței cu lupta a două concepții de reglare a comportării umane:

- *reactivă;*
- *activă.*

Conform I concepţii toată comportarea omului reprezintă reacţiile la diferiţi stimuli interni şi externi şi sarcina studierii ei ştiinţifice se reduce la faptul de a găsi aceşti stimuli, de a determina legătura lor cu reacţiile. Pentru o atare interpretare a comportării umane noţiunea de voinţă nu este necesară.

Conform concepţiei a II-a, care în ultimele decenii a căpătat forţă şi-şi găseşte tot mai mulţi părtaşi, comportamentul omului se concepe ca ceva activ, iar el însuşi e perceput ca fiind înzestrat cu capacitatea pentru alegerea conştientă a formelor sale. Pentru o asemenea percepere a comportării, voinţa şi reglarea volitivă sunt necesare. Ea impune o atenţie deosebită privind problema voinţei, cercetărilor ştiinţifice ale comportamentului uman.

În prezent se poate consemna o deosebire de ordin mai general între orientările psihologice de origine americană şi cele de origine europeană: în cadrul celor dintâi, voinţa nu este prezentă ca problemă distinctă de cercetare şi analiză şi nu figurează în nici un manual sau tratat modern de psihologie generală; în schimb, psihologia europeană afirmă existenţa voinţei ca entitate psihică distinctă şi o abordează în individualitatea ei specifică.

În psihologia românească este precumpănitor punctul de vedere, potrivit căruia voinţa trebuie să fie identificată, recunoscută şi tratată ca entitate psihică ireductibilă.

Abordarea problemei voinţei în psihologie a fost influenţată semnificativ de tendinţele şi curentele manifestate în cadrul filosofiei. Astfel, voinţa ca atare a fost considerată fie ca o forţă divină, ce situează omul deasupra şi în afara influenţelor situaţiilor externe concrete, fie ca o tendinţă internă de opunere activă la aceste influenţe, de contracarare a lor, de autodelimitare şi autodeterminare. De aici s-a născut şi contradicţia sau opoziţia dintre determinism şi libertate în interpretarea vieţii şi activităţii omului în general.

Determinismul postula subordonarea necondiţionată a traiectoriei comportamentale unor cauze independente de individ, iar când aceste cauze erau localizate în însăşi structura profundă internă a individului în forma aşa-numitului *destin*, se ajungea la *fatalism*: în tot ceea ce face şi spre ce se îndreaptă omul, el se supune implacabil forţei destinului.

Libertatea, dimpotrivă, exprimă posibilitatea ca omul să se „mişte" independent în spaţiul existenţial, potrivit dorinţelor sale. Acest atribut este întruchipat cel mai pregnant în *voinţă*. Ca atare, voinţa apare ca o „forţă individuală", care permite omului să se manifeste liber. Absolutizarea acestei forţe a condus la aşa-numita concepţie a *liberului arbitru*, potrivit căreia comportamentul uman este determinat exclusiv de voinţă şi prin aceasta el devine independent de condiţiile externe .

S-a ajuns până acolo încât să se afirme că întreaga filosofie a vieţii se concentrează într-un singur cuvânt – „vreau". Cele două concepţii – fatalismul şi liberul arbitru – sunt la fel de inadecvate pentru o înţelegere şi explicare obiectiv-ştiinţifică a organizării psihicului şi comportamentului uman.

Este evident că problema voinţei se circumscrie în aria mai largă a determinismului şi modului de organizare-desfăşurare a comportamentului. Dar voinţa apare în acest context nu în calitate de factor cauzal primar, ci ca *mecanism de filtrare şi raţionalizare* (optimizare). Cauzele primare ale comportamentului se află fie în acţiunea declanşatoare a unor stimuli şi situaţii externe, fie în incitarea din interior, din partea diferitelor pulsiuni, tendinţe şi motive.

În psihologie, voinţa a fost derivată, fie de gândire (Herbart o definea un act elaborat prin intermediul gândirii şi centrat pe efectuarea de alegeri şi luarea de hotărâri), fie din afectivitate (Wundt o definea drept formă de organizare şi stăpânire – gestionare raţională a afectivităţii).

Încercând să ajungă la o formulare mai operaţională, J. Piaget demonstra că putem vorbi de existenţa voinţei în cazul când sunt prezente două condiţii:

a) un conflict între două tendinţe (o singură tendinţă nu generează un act voluntar);

b) când cele două tendinţe dispun de forţe inegale, cedând una celeilalte, iar prin actul de voinţă are loc o inversare, ceea ce era mai slab devine mai puternic, iar ceea ce era iniţial mai puternic este învins de ceea ce era mai slab.

H. Pieron atribuie calificativul de „voluntar" numai conduitelor organizate la nivelurile cele mai înalte şi raportate la situaţiile cele mai dificile. El afirma că o conduită are un caracter

voluntar cu atât mai pronunţat, cu cât ea rezultă din predominarea mai pregnantă a tendinţelor intelectuale.

P. Janet, creatorul psihologiei acţionale şi a conduitei, susţine ideea că voinţa este o caracteristică a acţiunilor complicate social, care necesită un mare grad de mobilizare şi se execută cu dificultate. În acest context, voinţa raportează acţiunea la tendinţele sociale şi morale, reţinând-o prin amânare şi pregătind-o mental prin intermediul limbajului intern.

În „Dicţionarul de psihologie" al lui N. Sillamy (1996), ***voinţa*** este definită ca aptitudine de actualizare şi realizare a intenţiilor proprii. Actul voluntar, precedat de o idee şi determinat de ea, presupune o reflecţie şi o angajare. Conduitele, care nu răspund acestui criteriu, nu depind de voinţă.

Cele de mai sus sunt suficiente pentru a demonstra complexitatea problemei voinţei şi lipsa de unitate metodologico-teoretică în abordarea şi rezolvarea ei. Se consideră că cel mai adecvat este să situeze voinţa în *sistemul formelor şi mecanismelor de reglare / autoreglare*, al căror rol principal rezidă în optimizarea comportamentelor orientate spre atingerea unui anumit scop cu valoare adaptativă.

O caracteristică generală a vieţii este *activismul* – stare activă a organismelor vii, ca condiţie de existenţă a lor.

Voinţa are funcţia şi rolul de organizare conştientă şi autoreglatoare a activismului, orientată spre lichidarea dificultăţilor şi obstacolelor atât interne, cât şi externe.

Trebuie atrasă atenţia asupra faptului că voinţa, pe de o parte, orientează acţiunile omului sau le frânează, pe de altă parte, – organizează activitatea psihică, pornind de la sarcinile existente, de asemenea şi de la faptul că pentru apariţia reglării volitive e nevoie de anumite condiţii, de prezenţa anumitor dificultăţi interne şi externe

Voinţa se defineşte drept un proces psihic complex de reglaj superior, realizat prin mijloace verbale şi constând în acţiuni de mobilizare şi concentrare a energiei psihonervoase în vederea învingerii anumitor greutăţi sau obstacole în activitate şi atingerii scopurilor conştient stabilite.

Voinţa este numită de către psihologi „*reglajul reglajelor*". Ea reglează raţiunea, activitatea cognitivă şi practică a omului, precum şi sentimentele. La om mecanismele interne de autoreglare se structurează şi se integrează la două niveluri funcţionale calitativ diferite: nivelul involuntar şi nivelul voluntar.

Nivelul involuntar se caracterizează prin absenţa intenţionalităţii, a analizei prealabile a condiţiilor, a comparării – alegerii şi a deliberării. El asigură declanşarea automată a acţiunilor de răspuns şi centrarea ei directă pe obiectiv (efectul adaptiv final). Exemplul tipic al reglării involuntare îl constituie actele reflexive, ce stau la baza homeostazei fiziologice a organismului, reflexele de orientare-explorare-ţintire în cadrul activităţii perceptive, reflexele de apărare. De nivelul involuntar se apropie actele comportamentale puternic automatizate, de genul deprinderilor şi mai ales al obişnuinţelor, a căror derulare nu mai reclamă un control conştient susţinut şi nici o concentrare specială.

Nivelul voluntar se subordonează, din punct de vedere structural, funcţiei reglatoare a conştiinţei (deci el implică obligatoriu atributul conştiinţei), iar din punct de vedere instrumental, se conectează la subsistemul motivaţional, favorizând şi optimizând finalizarea motivului în scop.

Elementele sale definitorii vor fi: *intenţionalitatea* (acţiunea este intenţionată)*, analiza prealabilă a condiţiilor, a raportului dintre scop şi mijloc* (acţiunea va fi mediată de un model mental), *deliberarea şi decizia* (acţiunea este rezultatul unei evaluări a raportului dintre avantaje şi dezavantaje, dintre câştiguri şi pierderi), *efortul* (acţiunea implică un anumit grad de mobilizare energetică, relativ direct proporţională cu dificultatea obstacolului).

„Obstacolul" devine pilonul central, în lucrul căruia se structurează şi se dezvoltă mecanismul reglării de tip voluntar şi voinţa ca dimensiune psihică. Acesta nu are însă un sens fizic, obiectual, ci unul psihologic, relaţional, desprinzându-se şi individualizându-se pe fondul interacţiunii subiectului – cu capacităţile şi disponibilităţile lui – cu situaţiile, pe care trebuie să le rezolve, în vederea satisfacerii unor stări proprii de motivaţie sau îndeplinirii unor obligaţii

(profesionale, sociale). Activitatea nu are o organizare uniformă şi o desfăşurare întotdeauna pe aceleaşi trasee şi coordonate. Ea variază semnificativ atât în funcţie de tabloul stărilor psihofiziologice interne ale persoanei, cât şi de caracteristicile situaţiilor obiective – grad de complexitate, nivel de dificultate, noutate etc.

Voinţa este un fenomen subiectiv, care nu are, în comparaţie cu alte fenomene psihice, anumite manifestări specifice externe sau indici fiziologici, pe baza cărora s-ar putea de studiat şi apreciat. Afirmând aceasta, nu negăm posibilitatea studierii ştiinţifice, în parte, experimentale a voinţei umane.

Asemenea tip de cercetări au fost realizate încă de la începutul sec. XX, în ele se folosesc anumite semne obiective de manifestare a voinţei, precum şi metoda de măsurare a ei. Însă în aceste cercetări voinţa umană este analizată indirect.

Fiziologii ruşi I.M. Secenov şi I.P. Pavlov au desfăşurat natura reală a acţiunilor voluntare şi mecanismele fiziologice, reieşind din legităţile obiective ale activităţii nervoase superioare (ANS). Ei au încercat să demonstreze natura reflector-condiţională a acţiunilor voluntare şi determinarea lor în condiţiile mediului extern.

Baza fiziologică a acţiunilor voluntare este sistemul doi de semnalizare.

În acţiunile voluntare omul conştientizează atât acţiunile sale, cât şi condiţiile, în care trebuie să acţioneze, însă aceasta este posibil numai cu ajutorul limbajului.

Semnificaţia voinţei în viaţa omului, în dezvoltarea societăţii este greu de supraapreciat: toate realizările importante, schimbările, transformările istorice în relaţiile social-umane ale omului.

Efortul volitiv este o formă deosebită de trăire emoţională, de încordare neuro-psihică, ce mobilizează resursele interne ale omului (fizice, intelectuale şi morale), creează motive suplimentare pentru acţiuni, care lipsesc sau sunt insuficiente, pentru stările emoţionale, de o tensiune accentuată. În rezultat, efortul volitiv ne ajută să frânăm acţiunea unor şi să intensificăm acţiunea altor motive.

Există două funcţii corelative de bază: funcţia stimulatoare şi de inhibiţie.

Voinţa se manifestă prin încrederea omului în puterile proprii, prin hotărârea de a face acea faptă, pe care el singur o crede raţională, rezonabilă şi necesară în situaţia concretă.

Voinţa presupune efortul, acesta fiind cu atât mai intens, cu cât sunt mai mari greutăţile de înfruntat pentru realizarea scopului propus.

Fiind în *interacţiune* cu procesele psihice cognitive şi afective, actele de voinţă reprezintă manifestarea unor gânduri şi sentimente ale omului în acţiunile şi faptele sale, de aceea voinţa este implicată în motivaţiile conduitei.

4.2. Actele voluntare. Structura şi fazele lor

În oricare acţiune întotdeauna se include voinţa, controlul volitiv. Însă în funcţie de caracterul acţiunii acest control poate să se manifeste în mod diferit.

Dacă acţiunea este nouă, dificilă, ea necesită eforturi voluntare considerabile, controlul voluntar se manifestă accentuat. În cazul acţiunilor simple automatizate, voinţa se manifestă slab.

În stările afective acţiunile pot complet să excludă controlul volitiv. Ca formă şi expresie a nivelului conştient al psihicului, activitatea voluntară se caracterizează prin două atribute esenţiale:

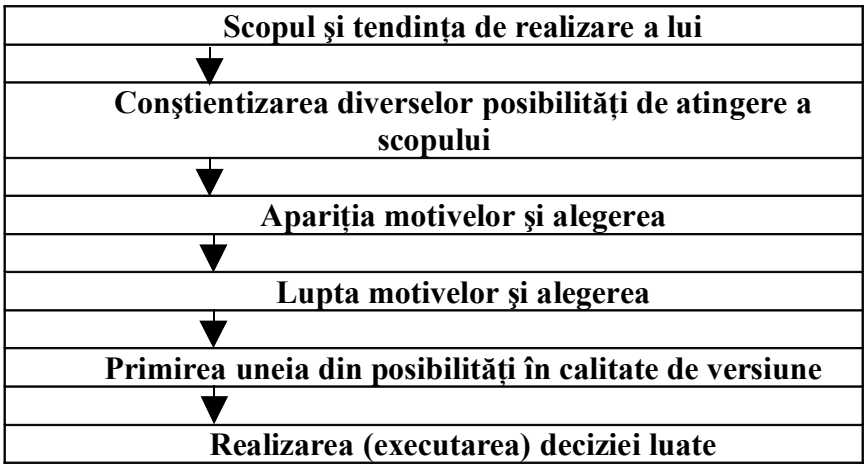
a) diferenţierea şi determinarea pregnantă a verigilor componente – *motivul, mijlocul şi scopul* – cu posibilitatea transformării, la nevoie, a fiecăruia dintre ele în „obiect" de analiză specială şi de evaluare;

b) prezenţa condiţionării, atât în declanşarea acţiunii, cât şi în modul de desfăşurare a ei, condiţionare, ce constă în corelarea şi aprecierea permanentă a raportului dintre dorinţe, scopuri, pe de o parte, şi posibilităţi (subiective şi obiective), pe de altă parte, între efortul întreprins şi rezultatele înregistrate.

De aici decurge şi caracterul serial-discursiv şi multifazic al structurii şi desfăşurării actului voluntar.

Acţiunile voluntare sau actele pot fi divizate în *simple* şi *complexe*. Actele voluntare simple de obicei constau din două faze – *formularea scopului şi realizarea (executarea) lui.* Astfel de acţiuni nu caracterizează voinţa omului. În condiţiile vieţii cotidiene, a repetărilor multiple ele se automatizează şi se transformă în acte neintenţionate (nepremeditate).

Nivelul formării voinţei umane caracterizează acţiunile voluntare complexe şi faptele.


Scopul şi tendinţa de realizare a lui
Conştientizarea diverselor posibilităţi de atingere a scopului
Apariţia motivelor şi alegerea
Lupta motivelor şi alegerea
Primirea uneia din posibilităţi în calitate de versiune
Realizarea (executarea) deciziei luate

Schema 1. **Etapele actului voluntar.**

În acţiunile voluntare complexe sau de durată pot fi cu uşurinţă desprinse anumite momente sau faze în care reglajul voluntar se confruntă cu un anume specific şi în mod diferit.

Fazele acţiunilor voluntare complexe:

I fază: *actualizarea unor motive, care generează anumite scopuri şi orientarea preliminară spre ele.*

În primul moment al acestei faze, reglajul voluntar este abia la început şi se manifestă doar ca orientare făcută pe baza legăturii dintre motiv şi scop. Dacă se parcurge doar acest moment, se rămâne numai la o dorinţă. Trebuie să apară apoi şi intenţia de a realiza acel scop, care este, de obicei, formulată verbal, prin mecanismele limbajului interior şi care este susţinută de cercetarea modalităţilor concrete de desfăşurare a acţiunilor.

A II-a fază*: lupta motivelor*, apariţia mai multor motive şi aferente lor, mai multe scopuri. Unele pot fi atrăgătoare pentru că realizarea lor aduce satisfacţii imediate, dar de fapt, nu sunt prea valoroase pentru persoană. Altele sunt mai puţin tentante, prin rezultatele lor imediate, dar sunt importante pentru viitor. În aceste condiţii reglajul voluntar se manifestă, cu precădere, drept deliberare în vederea alegerii – analiza fiecărei alternative şi a consecinţelor neglijării ei.

A III-a fază: *luarea hotărârii*, ce reprezintă urmarea unei decizii. Aceasta înseamnă alegerea unui motiv şi scop şi inhibarea, amânarea celorlalte. Momentul deciziei poate fi uneori dramatic. Decizia depinde de nivelul de aspiraţii, particularităţile temperamentale, dorinţa de a avea succes sau teama de eşec.

Prin reglajul voluntar se va realiza o permanentă confruntare între ceea ce se obţine şi ce s-a proiectat.

A IV-a fază: *executarea hotărârii luate,* deci realizarea efectivă a planului şi atingerea reală a scopului.

Acum omul foloseşte o serie de mijloace materiale şi mintale, cum sunt cunoştinţele, deprinderile, priceperile etc. Desfăşurarea secvenţială a acţiunii este controlată prin confruntarea permanentă cu planul mintal şi cu condiţiile practice de desfăşurare, realizându-se şi modificări ale planului, dacă împrejurările o impun.

A V-a fază: *verificarea rezultatului obţinut şi formularea unor concluzii valoroase pentru activitatea viitoare.*

Unii dintre psihologii moderni, influenţaţi de tezele existenţialiste (J.P. Sartre) psihanalitice, contestă valoarea schemei clasice şi mai ales importanţa deliberării. Ei susţin că majoritatea actelor noastre sunt determinate de inconştient; ca urmare, deliberarea nu este decât o comedie, o raţionalizare a *posteriorităţii*.

Ar fi corect să considerăm voinţa ca fiind expresia „Eu-lui", dar şi a personalităţii totale, a motivaţiilor inconştiente, dar şi a inteligenţei, a învăţării, a educaţiei sociale.

4.3. Calităţile voinţei

Ca formă superioară de autoreglare, voinţa exprimă un mod de organizare funcţională a întregului sistem al personalităţii şi, ca urmare, pune în evidenţă o serie de atribute sau calităţi specifice, a căror influenţă se exercită asupra întregii vieţi psihice, nu numai de nivel conştient, ci şi inconştient. Aceste calităţi pot fi evaluate şi exprimate în unităţi de măsură obiective: de forţă, de timp, de frecvenţă.

Principalele criterii după care apreciem voinţa, sunt: 1) *forţa; 2) perseverenţa; 3) consecvenţa; 4) fermitatea; 5) independenţa.*

Forţa exprimă capacitatea mecanismelor de autoreglare, de a mobiliza şi concentra energia neuropsihică şi musculară în vederea asigurării rezistenţei şi ripostei necesare la presiunea pulsiunilor interne sau a situaţiilor şi stimulilor din afară. Se poate afirma că o persoană posedă o voinţă cu atât mai puternică, cu cât ea poate să-şi stăpânească, temperând, amânând sau frânând, trebuinţe sau stări interne bulversate, de intensitate mai ridicată; în acelaşi timp, forţa voinţei este cu atât mai mare, cu cât amplitudinea obstacolului surmontat este mai mare.

Perseverenţa constă în menţinerea efortului voluntar la nivel optim atât timp, cât este necesar pentru atingerea scopului, în pofida diverselor piedici şi dificultăţi, ce se pot ivi în cale. Opusul ei este renunţarea sau delăsarea, conduc la deconectarea mecanismelor de mobilizare energetică, pe măsură ce atingerea scopului întârzie şi pe traiectoria spre scop apar obstacole noi sau eşecuri. Perseverenţa se poate măsura după numărul tentativelor, pe care un subiect le face întru rezolvarea unei probleme mai dificile sau întru a realiza ceea ce şi-a propus, în condiţiile apariţiei unor piedici neprevăzute. Pe lângă factorul educaţional şi exerciţiu, ea depinde şi de „rezerva energetică" a individului, exprimată în forţa sistemului nervos şi în echilibrul emoţional, tipul puternic şi echilibrat fiind favorizat în raport cu tipul slab sau cu cel puternic neechilibrat. Fatigabilitatea şi saturaţia rapide sunt stările, care, atunci când devin stabile (cronice), subminează din interior perseverenţa şi fragmentează continuitatea efortului voluntar. Astfel, în surmenaj şi în neuroză, subiecţii manifestă frecvent lipsă de perseverenţă, renunţarea rapidă la continuarea efortului dacă rezultatul scontat întârzie să apară, evitarea de a se confrunta cu greutăţi şi obstacole cât de mici.

Consecvenţa se exprimă în stabilitatea scopului şi a liniei de conduită, în concordanţa dintre convingeri şi acţiune, dintre vorbă şi faptă. Ea se integrează în structura caracterului şi devine o trăsătură axiologică (valorică) a personalităţii. Opusul consecvenţei este inconsecvenţa, care constă în instabilitatea şi fluctuaţia deciziilor, a hotărârilor şi scopurilor, în discrepanţa dintre convingeri şi acţiune (duplicitate), dintre vorbă şi faptă. Nivelul de elaborare şi funcţionare a consecvenţei depinde de forţa Eu-lui, de gradul de dezvoltare a motivaţiei, de rol şi de statut, de nivelul conştiinţei demnităţii şi mândriei personale. În plan executiv, consecvenţa este cea, care ne determină să trecem la îndeplinirea deciziilor luate şi a promisiunilor făcute, asigură astfel unitatea dintre latura subiectivă internă (ideatică) şi cea obiectivă externă (acţională) voinţei.

Fermitatea reflectă stabilitatea operaţional-instrumentală a deciziilor şi hotărârilor luate în diferite situaţii, în pofida tentativelor potrivnice ale celor din jur, de a ne determina să revenim asupra lor, spre a le modifica sau anula. Atunci când hotărârile sunt obiectiv justificate, fermitatea favorizează instaurarea în relaţiile interpersonale a unor repere clare şi sigure, eliberate de echivoc şi subiectivism. În acest context, persoana, care posedă o asemenea calitate, îşi va impune autoritatea şi va câştiga respectul celorlalţi. Opusul fermităţii sunt influenţabilitatea

şi oscilaţia. Comportamentul devine ezitant şi fluctuant, el fiind până la urmă ghidat, nu atât de propriile convingeri şi decizii, cât de influenţele celor din jur. Dar atunci când un punct de vedere sau o hotărâre se menţin în ciuda netemeiniciei lor evidente, dintr-o trăsătură pozitivă, fermitatea se transformă în una negativă

Independenţa exprimă capacitatea unei persoane de a-şi organiza şi duce viaţa pe cont propriu, pe baza iniţiativelor, hotărârilor şi scopurilor proprii. Opusul ei este dependenţa, ce constă în absenţa unui orizont şi a unor repere existenţiale clare, în dificultatea sau imposibilitatea de a lua o hotărâre sau de a trece la acţiune fără un sprijin din partea altcuiva. Deşi presupune şi anumite predispoziţii înnăscute, de genul potenţialului energic şi activismului, independenţa este în cea mai mare parte rezultatul regimului educaţional din copilărie. Un regim educaţional echilibrat, bazat pe un raport optim între permisivitate şi interdicţie, între protecţie şi frustraţie (severitate), este de natură să asigure modelarea în limite normale a independenţei.

Independenţa, în sensul pozitiv al termenului, dă măsura autodeterminării persoanei în relaţiile sale cu situaţiile sociale externe, cu ceilalţi semeni. Ea devine sursă de iniţiativă şi de acţiune, prin asumarea conştientă a răspunderilor şi riscurilor corespunzătoare.

Calităţile voinţei prezentate mai sus se află într-o permanentă relaţie de interdependenţă şi condiţionare reciprocă. Statistic, între ele se constată existenţa unei corelaţii pozitive semnificative, astfel că dacă una are valori ridicate şi celelalte vor tinde să ia valori proporţional mari, şi invers.

Se pare că trăsătura bazală, în jurul căreia gravitează celelalte, este forţa sau tăria voinţei. Când forţa este slab structurată, devine puţin probabil ca perseverenţa, fermitatea sau independenţa să o compenseze, astfel încât să menţină voinţa la un nivel superior. De aici rezultă că educarea voinţei trebuie să înceapă şi să aibă în centrul obiectivelor sale forţa. O voinţă puternică poate mai uşor dobândită şi trăsăturile perseverenţei, consecvenţei, fermităţii şi independenţei. O voinţă slabă îşi subliniază din start dobândirea acestor trăsături.

4.4. Voinţa socială

Dintr-o dimensiune individuală, voinţa, ca formă conştientă şi intenţionantă de autoreglare, poate fi ridicată la rangul de *dimensiune socială*; ea caracterizează modul de relaţionare a indivizilor în cadrul grupurilor şi comunităţilor, determinând, în final, orientarea şi gradul de coeziune al acestora. Astfel, de existenţa unei voinţe sociale se poate vorbi atunci când vectorii voinţelor individuale converg în proporţie de cel puţin 50% spre un obiectiv cu semnificaţie generală.

Esenţa adaptivă a voinţei sociale rezidă în conjugarea eforturilor şi energiilor creatoare ale membrilor unei comunităţi pentru rezolvarea unor probleme specifice de dezvoltare – în plan economic, tehnologic, cultural, juridic-instituţional, relaţional-moral etc. – şi pentru afirmarea şi integrarea în planul atitudinilor, mentalităţilor şi comportamentelor individuale a unui anumit sistem de valori. Fără o asemenea voinţă, ar fi de neconceput existenţa unei vieţi sociale normale şi desfăşurarea activităţilor integrate (economice, culturale, educaţionale, militare), care stau la baza progresului social general.

Mecanismul psihologic, care permite articularea *vrerilor proprii la vrerile celorlalţi,* constă în conştientizarea la nivel individual a dependenţei satisfacerii motivaţiei personale de mijlocirea sau medierea socială (din partea semenilor), a existenţei unor interese generale supraordonate şi a unor obligaţii, pe care fiecare trebuie să şi le asume pentru a se integra şi trăi în securitate în cadrul societăţii.

Cel, care a ridicat voinţa socială la rangul de factor esenţial al dinamicii vieţii sociale, a fost marele sociolog român D. Gusti. El considera că voinţa este o determinaţie funcţional-calitativă a societăţii ca ansamblu (sistem) organizat.

„Socialul este activitate, faptă; societatea este realitate vie, ea trăieşte, întrucât se manifestă. Tocmai voinţa are uimitoarea calitate de a crea unitatea în cadrul comunităţilor, îndeplinind prin aceasta o funcţie morală primordială (Gusti). Este temeinic argumentată prin strânsa legătură

dintre voinţă şi conştiinţă, din care derivă modul specific uman de articulare a motivelor, scopurilor şi mijloacelor. Impulsurile determină voinţa în mod nemijlocit, prin declanşarea şi desfăşurarea sentimentelor, acestea din urmă generează, cât şi direcţia voinţei; o conştiinţă săracă în sentimente rămâne ineficace, potenţială, pe când o conştiinţă cu o puternică încărcătură afectivă este caracterizată prin eficienţă şi actualitate.

Sunt desprinse trei aspecte fundamentale specifice, care exprimă motivarea raţională a ei. Ca principale structuri afective direcţionatoare ale voinţei sociale se specifică *iubirea de sine şi simpatia,* ca sentimente primare, şi *conştiinţa subordonării*, ca o sinteză creatoare a celor două. Dezvoltarea afectelor tipice este însoţită de apariţia succesivă a mobilurilor tipice – reprezentări ale scopului şi mijloacelor pentru atingerea lui. Caracterul social al voinţei este derivat din determinarea ei de către scop şi din faptul că ea se manifestă ca intenţie, deliberare şi acţiune teleonomică.

Iar scopul nu este niciodată izolat, ci întotdeauna condiţionat în contextul social-naţional, religios, economic, el integrându-se în constelaţia altor scopuri şi valori, care se raportează la familie, comunitate socială, epoci istorice la umanitatea însăşi.

După raportul dintre scop şi mijloc, Gusti a stabilit trei trepte de evoluţie a voinţei sociale: *mobilurile percepţiei, mobilurile intelectului şi mobilurile raţiunii.*

Motivele percepţiei ţin de o voinţă neevoluntară, instinctivă, scopul nu atinge nivelul unei reprezentări clare, individul recurgând la mijloacele, pe care le are la îndemână; acest stadiu caracterizeză omul natural, lipsit de griji. Motivele intelectului şi raţiunii sunt dirijate de conştiinţa scopului. Astfel, inteligenţa apare ca o capacitate de a căuta cu perspicacitate mijloacele cele mai potrivite scopului, de a cuprinde cu mintea şi de a stăpâni scopurile, asigurând posibilitatea evaluării şi alegerii lor. În funcţie de reprezentarea scopurilor şi mijloacelor se schimbă şi caracterul voinţei sociale.

Tema 5. ATENŢIA

5.1. Definiţie şi caracterizare psihologică generală

Atenţia prezintă în sine un fenomen psihologic, în privinţa căruia până în prezent nu există o opinie unică. Dintr-o parte, în literatura psihologică se cercetează întrebarea despre existenţa atenţiei ca *fenomen psihic* de sine stătător. Astfel, unii autori susţin că atenţia nu poate fi studiată ca fenomen independent, deoarece ea într-o măsură sau alta se găseşte în oricare alt proces psihic.

Alţi cercetători, dimpotrivă, susţin independenţa atenţiei ca proces psihic. Din altă parte, există divergenţe în faptul, cărei grupe de fenomene psihice trebuie să atribuim atenţia. Unii consideră că atenţia este un *proces psihic cognitiv*.

Alţii corelează atenţia cu voinţa şi activitatea omului, bazându-se pe faptul că orice activitate, inclusiv cognitivă, nu poate fi posibilă fără manifestarea anumitor eforturi volitive.

Atenţia nu e proces psihic separat, ci un fenomen psihologic, o latură a vieţii psihice, cu ajutorul căreia se dirijează toată viaţa psihică umană. Ea e acea latură a vieţii psihice, prin intermediul căreia are loc orientarea şi concentrarea activităţii psihice asupra fenomenelor şi obiectelor cu sustragerea concomitentă de la toate celelalte.

Atenţia este o stare psihologică, ce caracterizează intensitatea activităţii cognitive şi se materializează în concentrarea ei pe un sector relativ îngust, (o acţiune, un obiect, un proces, un fenomen), care devine conştientizabil şi concentrează asupra sa eforturile psihologice şi fizice ale omului pe parcursul unei anumite perioade de timp.

Atenţia ca atare nu reprezintă un proces psihic cognitiv, însă caracterizează condiţiile evoluţiei oricărui proces cognitiv.

Prin *orientarea activităţii psihice* trebuie de subînţeles caracterul ei selectiv, deci separarea din împrejurime a obiectivelor concrete şi fenomenelor sau alegerea unui anumit tip de activitate psihică.

În noţiunea de orientare se mai include de asemenea şi păstrarea activităţii pentru o perioadă anumită de timp. Nu este îndeajuns numai să alegi o activitate sau altă, ca să fii atent – trebuie reţinută această alegere, păstrată.

Atenţia îndeplineşte următoarele *funcţii*:

1) *activează procesele necesare* în momentul dat şi le înhibă pe cele, care nu sunt necesare;

2) contribuie la *selectarea bine orientată*, organizată a informaţiei, ce vine din sursele solicitate;

3) asigură *concentrarea* de lungă durată a *activismului* la unul şi acelaşi obiect.

Atenţia ocupă un loc aparte în structura şi dinamica sistemului psihocomportamental al omului. Ea nu este un proces cu conţinut reflectoriu-informaţional propriu şi distinct – precum percepţia, reprezentarea, gândirea sau procesele afective şi motivaţionale. Mai mult decât atât, ea nici nu are o existenţă şi o desfăşurare independentă, în sine, ci numai sau eminamente în contextul altor procese şi activităţi psihice cu conţinut şi finalitate specifice.

Putem spune deci că atenţia nu face parte din categoria proceselor psihice reflectorii, ci din cea a condiţiilor şi funcţiilor psihofiziologice mediatoare-reglatorii. Implicit, ea nu poate fi încadrată în categoria proceselor nespecifice, deoarece este implicată în toate tipurile de situaţii şi sarcini, care, prin ele însele, generează o activitate preferenţială sau în care subiectul este interesat, realizând astfel prin „mijloace proprii" (mobilizarea voluntară, de pildă) o asemenea activare.

Ca atare, ***atenţia*** poate fi definită drept un *proces psihofiziologic de orientare, concentrare şi potenţare selectică a funcţiilor şi activităţilor psihice şi psihocomportamentale modale specifice în raport cu obiectul şi finalitatea lor proprii, asigurându-le atingerea unui nivel optim de eficienţă adaptivă.*

Ea este, înainte de toate, o condiţie primară, de fond, o stare de pregătire psihofiziologică generală, ce se conturează în cadrul stării de veghe difuze şi care face posibilă, principal, declanşarea unui proces psihic-conştient de percepţie, de memorare, de reproducere, de gândire – sau efectuarea unei acţiuni instrumentale motorii (în plan extern).

Putem spune că atenţia este un *operator comutativ*, care trece o activitate din *starea potenţială* în *starea actuală* şi dintr-o zonă de echipotenţialitate într-o zonă de preferenţialitate exclusivă (impunerea legii exclusivităţii).

În opinia multor cercetători prin imperativul „fii atent!" se înţelege modul de a ne mobiliza şi canaliza, în modul cel mai adecvat, toate potenţele şi capacităţile în direcţia ieşirii cu bine dintr-o situaţie dificilă sau a realizării obiectivului propus.

5.2. Mecanismele fiziologice ale atenţiei

Atenţia, asemenea oricărui proces psihic, este corelată cu anumite fenomene fiziologice .

Baza fiziologică a selectării anumitor excitanţi şi decurgerea proceselor într-o anumită direcţie formează excitaţia unor centre nervoase şi inhibiţia altora. Excitantul, care acţionează asupra omului, provoacă *activizarea creierului*, cu ajutorul *formaţiunii reticulare*.

Excitarea părţii ascendente a formaţiunii reticulare provoacă apariţia oscilaţiilor electrice rapide în scoarţa creierului, conduce la creşterea mobilităţii proceselor nervoase, micşorează pragurile sensibilităţii.

În afară de aceasta, în activizarea creierului sunt puse în funcţiune sistemul talamic difuz, structurile hipotalamice etc.

Printre mecanismele „de pornire" a formaţiunii reticulare trebuie de menţionat *reflexul de orientare.* El prezintă în sine o reacţie înăscută a organismului la oricare schimbare a mediului înconjurător la oameni şi la animale.

Însă atenţia nu poate fi lămurită doar cu ajutorul reflexului orientativ. Mecanismele fiziologice ale atenţiei sunt mult mai complicate. În literatura psihologică, de obicei, sunt cercetate două grupe fundamentale de mecanisme, ce realizează filtrarea excitanţilor: *periferice* şi *centrale*.

Mecanismelor *periferice* le poate fi atribuită reglarea organelor senzoriale. După D.E. Brodbent, atenţia – este filtrul, ce alege informaţia anume la intrări, deci la periferie. U. Neiser a denumit aceste mecanisme „*preatenţie",* corelându-le cu prelucrarea relativ aspră (gravă) a informaţiei.

Mecanismele *centrale* ale atenţiei sunt legate de excitarea unor centre nervoase şi inhibarea altora. Anume la acest nivel are loc accentuarea acţiunilor externe, ce este legată de puterea excitaţiei nervoase provocate de ele. La rândul său, puterea excitaţiei nervoase depinde de puterea excitaţiei exterioare. Excitaţia cea mai puternică reprimă (domină) excitaţia mai slabă, care a apărut odată cu ea şi determină decurgerea activităţii psihice în direcţia corespunzătoare. Însă este posibilă contopirea (confluenţa) a doi sau mai mulţi excitanţi, care acţionează în acelaşi timp şi se intensifică reciproc.

Vorbind despre bazele fiziologice ale atenţiei, nu putem să nu menţionăm două fenomene foarte importante: *iradierea proceselor nervoase şi dominanta.*

Legea inducţiei proceselor nervoase, determinată de Şerrington şi larg utilizată de I. P. Pavlov, într-un anumit mod lămureşte dinamica proceselor fiziologice, care asigură atenţia. Conform acestei legi, excitaţia, ce apare într-o regiune a scoarţei emisferelor cerebrale, provoacă inhibiţia în alte regiuni ale ei (aşa-numita inducţie reciprocă) sau se transformă în inhibiţie în regiunea dată a creierului (inducţia consecventă (succesivă)). Însă activitatea altor regiuni ale creierului este în acest timp legată de ceea, ce de obicei o numim activitate automatizată, inconştientă a omului.

Conform *principiului dominantei*, propus de A.A. Uhtomschi, fiziolog rus, în creier totdeauna există un focar de excitaţie temporar dominant, ce determină acţiunea centrelor nervoase în momentul dat şi oferă prin aceasta o orientare anumită comportamentului omului.

Datorită însuşirilor dominantei are loc sumarea şi colectarea impulsurilor, care vin spre sistemul nervos, cu reprimarea activismului altor centre în acelaşi timp, din cauza căreia excitarea se intensifică mai mult.

Dominanta este un focar dominant stabil, datorită acestor particularităţi, care, la rândul ei permite să fie lămurit mecanismul nervos de susţinere a intensivităţii atenţiei. Aici o importanţă deosebită are nu numai puterea excitaţiei, ci şi starea internă a sistemului nervoas, determinată de influenţele anterioare şi de legăturile nervoase, ce au fost întărite deja.

Însă nici legea inducţiei proceselor nervoase, nici concepţia dominantei nu lămuresc până la sfârşit mecanismele atenţiei, mai ales voluntare.

În comparaţie cu animalele oamenii conduc bine determinat cu atenţia sa. De aceea dezvoltarea ştiinţei contemporane a condus la apariţia unui şir de concepţii, care au încercat să lămurească mecanismele fiziologice ale atenţiei.

Cercetătorii contemporani au atras atenţia mărită asupra căutării mecanismelor fenomenului de atenţie, cercetând *procesele neurofiziologice*.

5.3. Formele fundamentale ale atenţiei

În ştiinţa psihologică contemporană se accentuează câteva tipuri de bază ale atenţiei.

Tabelul 8

Tipurile atenţiei şi caracteristicile sale comparative

Tipurile atenţiei	Condiţiile apariţiei	Caracteristicile de bază	Mecanismele
Involuntară	Acţiunea excitantului puternic, de contrast sau de importanţă şi care provoacă o reacţie emoţională	Involuntaritate, uşurinţa apariţiei şi comutării	Reflexul de orientare sau dominanta, care caracterizează interesul mai mult sau mai puţin stabil al personalităţii.
Voluntară	Formularea şi adaptarea conştientă a problemei	Orientarea în raport cu problema. Cere eforturi volitive, oboseşte (extenuează)	Rolul conducător al sistemului doi de semnalizare; inducţia reciproc-negativă
Postvoluntară	Pătrunderea în activitate şi apariţia interesului în legătură cu aceasta	Se păstrează orientarea spre scop, se înlătură încordarea (tensiunea)	Dominanta, care caracterizează interesul apărut în procesul activităţii date

În studierea clasificării atenţiei este necesar să fie clar determinate criteriile de clasificare.

Primul criteriu este bazat pe prezenta sau absenţa scopului şi efortului voluntar, pe baza aceasta deosebim:

1) atenţie *involuntară* (lipsesc scopul şi efortul volitiv);

2) atenţie *voluntară* (sunt prezente atât scopul, cât şi efortul volitiv);

3) atenţie *postvoluntară* (este prezent scopul, însă efortul se poate micşora sau dispare complet).

Al doilea criteriu se bazează pe orientarea conştiinţei asupra mediului uman extern sau intern, aici deosebim:

1) atenţie *internă;*

2) atenţie *externă.*

Atenţia internă se concentrează, prin dedublare, asupra vieţii interioare, asupra propriilor imagini, gânduri, sentimente. Este atenţia angrenată în actul de introspecţie.

Atenţia externă este orientarea conştiinţei asupra mediului uman extern, ea este prezentă atunci când urmărim obiecte, fenomene din mediul ambiant ori mişcările sau acţiunile noastre externe.

Dat fiind faptul că atenţia nu este omogenă şi unidimensională, ci prezintă un tablou complex, eterogen, vom analiza mai detaliat şi distinct fiecare din formele de bază ale atenţiei.

Atenţia involuntară este forma elementară şi naturală a atenţiei umane, care se declanşează şi se menţine spontan, fără intenţie şi fără vre-un efort voluntar special din partea subiectului. Ea se realizează pe baza reflexului de orientare, determinat de noutatea stimulilor şi de modificările intempestive în ambianţa familiară.

Mecanismul său direct îl constituie interacţiunea fazică dintre cele două verigi ale sistemului reticular activator ascendent (SRAA); *veriga bulbară* (a lui Magoun), care susţine activarea difuză, respectiv, reflexul generalizat de orientare, şi *veriga diencefalică* (a lui Jaspers), care susţine activarea focalizată, respectiv, reflexul de orientare localizat.

Atenţia involuntară intră frecvent în competiţie şi cu atenţia voluntară. Dacă în timp ce ne concentrăm asupra unui obiect sau asupra rezolvării unei sarcini apare în câmpul nostru perceptiv un stimul nou puternic, brusc se întrerupe acţiunea în curs şi locul atenţiei voluntare este luat de atenţia involuntară (susţinută de reflexul necondiţionat de orientare).

În fine am putea spune că funcţia principală a atenţiei involuntare este cea de explorare – investigare a noului şi imprevizibilului şi de pregătire a intrării în scenă a atenţiei voluntare, pentru performarea activităţilor adaptive specifice.

Atenţia voluntară este forma superioară şi specific umană de realizare a controlului conştient asupra evenimentelor din mediul extern şi asupra propriilor acte psihocomportamentale. Ea constă în orientarea selectivă şi în focalizarea deliberată a focusului conştiinţei asupra unui obiect, sarcini sau activităţi şi în menţinerea acestei focalizări cât timp este necesar pentru finalizare sau pentru atingerea scopului propus. Nu se poate vorbi de conectarea acestei forme a atenţiei fără existenţa şi formularea prealabilă a unui obiectiv sau scop: „vreau să-mi propun să ...", „vreau să stabilesc ..." etc.

Atenţia voluntară nu se menţine fixată într-un punct; de regulă, ea urmează logica desfăşurării evenimentelor şi secvenţelor activităţii, precum şi pe cea a succesiunii situaţiilor şi solicitărilor obiective. Ea trebuie, deci, să nu fie nu numai concentrată, ci şi mobilă, comutativă, distributivă.

Pentru situarea ei în limitele optime reclamate de activitatea curentă, recurgem permanent şi la funcţia reglatoare a limbajului, folosind *instructaje* anticipative de inducere a *set*-urilor pregătitoare şi *comenzi secvenţiale* („să fiu atent acum", „să iau seama mai bine", „să mă concentrez mai bine" etc.).

Atunci când sarcina de rezolvat prezintă o semnificaţie deosebită pentru noi, energia necesară concentrării atenţiei va fi furnizată nu numai de mobilizarea voluntară, ci şi *de motivaţie*.

Pentru rezolvarea unei sarcini sau desfăşurarea unei activităţi eficiente este necesar ca atenţia voluntară să fie egal distribuită pe toate cele trei verigi componente de bază: *veriga aferentă* (intrarea), *veriga intermediară* (prelucrarea-interpretarea) şi *veriga eferentă* (elaborarea, selecţia şi emiterea răspunsurilor sau rezultatelor corespunzătoare).

După criteriul rangului, atenţia perceptivă şi motorie este mai simplă şi mai uşor de reglat, în vreme ce atenţia voluntară intelectivă este mult mai complexă şi mai dificil de susţinut.

Sub raportul eficienţei este evident că atenţia voluntară e net superioară celei involuntare, care permite doar „ constatare", nu şi elaborare - interpretare conceptual-teoretică.

Atenţia voluntară intelectivă este implicată în soluţionarea problemelor teoretice, în formularea şi testarea ipotezelor, în elaborarea şi testarea veridicităţii judecăţilor şi raţionamentelor.

Atenţia postvoluntară. Pe măsura structurării, consolidării şi automatizării schemelor operatorii ale proceselor cognitive şi activităţii, efortul voluntar iniţial – necesar concentrării şi stabilităţii atenţiei – se reduce, coborând sub pragul de conştientizare la nivel optim. Pe lângă factorul consolidare-automatizare operatorie, trecerea atenţiei voluntare în atenţie postvoluntară este facilitată de factori afectiv-motivaţionali, care potenţează şi susţin prin energie proprie desfăşurarea finalistă a comportamentului şi activităţii.

Atenţia postvoluntară este mult mai frecvent întâlnită în activităţile întrinsec motivate decât în cele bazate pe motivaţie extrinsecă. Ea capătă astfel valenţe atitudinale, fiind corelată şi reflectând selecţiile, orientările operate de subiect după criteriile sale valorice.

Nu trebuie să credem că o activitate se fixează şi se desfăşoară permanent şi exclusiv pe fondul atenţiei postvoluntare. Apariţia pe parcursul ei a unor obstacole sau sarcini noi, pentru care subiectul nu are pregătire sau elaborate schemele de răspuns, conduce automat la conectarea atenţiei voluntare, trecând prin atenţia involuntară.

În concluzie, cele trei forme ale atenţiei nu sunt izolate şi independente una de cealaltă, ci alcătuiesc o *unitate dinamică de tip ciclic*: atenţie involuntară – atenţie voluntară – atenţie postvoluntară – atenţie involuntară.

5.4. Dimensiunile (atributele) atenţiei

Indiferent de forma, în care se manifestă, involuntară sau postvoluntară, atenţia pune în evidenţă un ansamblu de dimensiuni pregnant comparată şi evaluată. Printre cele mai importante dimensiuni vom menţiona următoarele: *volumul, concentrarea, stabilitatea, mobilitatea şi distributivitatea.*

Volumul exprimă numărul „elementelor" sau „entităţilor" distincte (litere, cifre, silabe, cuvinte, figuri geometrice, imagini, obiecte), pe care un subiect le poate cuprinde simultan cu maximă şi relativ egală claritate (în plan perceptiv sau în plan mental – reprezentare, imaginaţie).

Pentru cercetarea şi evaluarea acestei dimensiuni, cel mai la îndemână este experimentul în sfera percepţiei vizuale, bazat pe tehnica tahistoscopului. Datele obţinute printr-un astfel de experiment au demonstrat că atunci când elementele sunt independente, fără legătură între ele, volumul atenţiei (perceptive) este cuprins în limitele numărului magic al lui Miller 7-^{+} (±) 2, deci 5 şi 9. Valoarea concretă a acestui număr variază în funcţie de subiect şi de caracteristicile elementelor prezentate ca stimuli (cifrele se percep mai uşor decât literile, formele pătratice mai uşor decât cele triunghiulare, formele rotunde mai uşor decât cele alungite etc). Când trecem de la litere izolate la cuvinte, care devin stimuli principali, numărul literilor în câmpul atenţiei devine considerabil mai mare, dar al cuvintelor propriu-zise rămâne mai mic decât al literilor prezentate separat.

O altă variabilă, care influenţează mărimea volumului atenţiei, este gradul de familiaritate al stimulilor: în raport cu stimulii familiali, valoarea volumului atenţiei va fi mai mare, iar în raport cu cei nefamiliali aceasta va fi semnificativ mai mică.

Concentrarea este, posibil, dimensiunea cea mai importantă a atenţiei, ea exprimând gradul de activare selectă şi intensitatea focarelor dominante la nivelul structurilor şi zonelor cerebrale implicate în realizarea procesului sau activităţii psihice specifice. Ea poate lua astfel valori diferite atât de la un subiect la altul, cât şi la unul şi acelaşi subiect, de starea sa internă (motivaţională, afectivă, odihnă – oboseală etc).

Continuumul ei valoric, în plan funcţional, se întinde între extremele cunoscute în patologie – fixitatea, care se întâlneşte în schizofrenie, şi difuzitatea, care apare în sindromul frontal şi în oliogofrenie. În stare normală se poate vorbi de niveluri de concentrare – *slab, mediu, înalt*. Calitativ, concentrarea va fi exprimată în corectitudinea răspunsurilor la probele specifice de tip Bourdon, Anfimov, Kraepelin, probe de tip cod. Iar corectitudinea se evaluează prin raportarea numărului de răspunsuri corecte (Nc) la numărul de erori (bifări, greşeli+omisiuni). Dacă Nc=Nc'[Nc= nr.absolut de răspunsuri corecte; Nc' – valoarea raportului Nc/(O+E)] corectitudinea este maximă şi ea indică o concentrare puternică; atunci când Nc=(E+O)* avem de-a face cu o concentrare medie; când Nc<(E+O), avem de-a face cu o concentrare slabă.

Profunzimea (intensitatea) concentrării poate fi apreciată şi după rezistenţa la acţiunea factorilor perturbatori, distractivi: cu cât frecvenţa şi intensitatea acestora, la care atenţia poate rezista, sunt mai mari, cu atât concentrarea este mai profundă. Scăderea concentrării atenţiei poate fi luată ca indicator psihofiziologic obiectiv al oboselii.

Stabilitatea exprimă durata, în decursul căreia atenţia se poate menţine aproximativ la acelaşi nivel. Întrucât, în mod obişnuit, rezolvarea sarcinilor, cu care suntem confruntaţi, reclamă un timp relativ îndelungat, de la câteva minute până la câteva ore, nu e suficient simplul fapt de a atinge nivelul cerut de concentrare a atenţiei, dar şi menţinerea acestui nivel cât timp este necesar pentru finalizarea activităţii începute. Performanţele mari în orice gen de profesie sunt facilitate, printre altele, şi de stabilitatea atenţiei.

Stabilitatea, ca şi concentrarea, se poate educa şi dezvolta prin exerciţiu, subiectului cerându-i-se să rezolve sarcini cu durate din ce în ce mai mari, şi prin întăriri adecvate. Ea este însă condiţionată şi de anumite premise naturale, cum ar fi forţa, mobilitatea şi echilibrul proceselor nervoase fundamentale.

Mobilitatea (comutarea) reprezintă calitatea atenţiei de a se transfera rapid, la nivel optim de concentrare, de la o situaţie la alta, de la o secvenţă sau verigă a activităţii la alta, menţinând totodată controlul (prin programul comportamentului conştient) asupra ansamblului. Graţie

acestei calități, elementele şi secvențele particulare se leagă într-o organizare spațio-temporală unitară. Prin aceasta, mobilitatea se deosebeşte şi se opune simplei *fluctuații sau oscilații*, care reprezintă, în genere, o trăsătură negativă.

În timp ce mobilitatea este solicitată de desfăşurarea normală a activității şi se bazează pe ea, ***oscilația (fluctuația)*** se produce spontan şi împotriva cerințelor obiective ale activității; dacă mobilitatea presupune menținea nivelului optim al concentrării, oscilația afectează, în primul rând, concentrarea şi se traduce ca scădere semnificativă a acesteia.

Distribuirea se referă la posibilitatea atenției de a permite realizarea simultană a două sau mai multor activități diferite. Aceasta este discutabilă. Unele date par a pleda în favoarea existenței reale a distributivității, altele împotrivă. În formularea răspunsului se cere, aşadar, prudență şi să ținem seama de legea neurofiziologică obiectivă a exclusivității, potrivit căreia, într-un moment dat de timp, nu putem efectua decât o singură activitate principală. Acolo, unde se vorbeşte de distributivitate şi de simultanietate, avem de-a face cu o comutare foarte rapidă.

Ca şi celelalte dimensiuni ale atenției, şi distribuirea poate fi educată, iar modelarea ei cea mai semnificativă se realizează în cadrul pofesiei. Există profesii, cum sunt cele executiv-motorii, de pilotare a autovehiculelor, de conducere, pedagogică etc., care solicită din plin distributivitatea sau cel puțin comutarea rapidă între mai multe acțiuni sau verigi diferite.

În plan neurofiziologic bazal, distributivitatea este favorizată de mobilitatea şi echilibrul proceselor nervoase şi îngrădită de inerție şi dezechilibru.

COMPARTIMENTUL V
SISTEMUL DE PERSONALITATE

Tema 1. PERSONALITATEA

1.1. Conceptul de personalitate. Aspecte teoretice şi metodologice

Studiul efectuat asupra diferitelor procese, activităţi, structuri şi stări psihice ale individului nu prezintă un scop în sine, ci urmăreşte obţinerea unei imagini integrale, dinamice, cât mai comprehensive – sub aspect psihologic – asupra fiinţei umane.

În accepţiunea sa cea mai largă, termenul de personalitate denumeşte fiinţa umană considerată în existenţa ei socială şi înzestrarea ei culturală.

Personalitatea integrează în sine (ca sistem) organismul individual, structurile psihice umane, şi, totodată, relaţiile sociale, în care omul se încadrează, şi mijloacele culturale, de care dispune.

În cadrul ştiinţelor sociale, şi mai ales, în viaţa de toate zilele sunt deseori utilizate noţiunile de om, individ, individualitate, persoană, personalitate. Însă deseori nu e concretizat sensul acestor cuvinte, ele fiind întrebuinţate identice ca sens sau diametral opuse. În ambele cazuri se comite o greşeală. Pentru a evidenţia deosebirea dintre aceste noţiuni trebuie explicate sensul lor.

În psihologie noţiunea de **„om”** semnifică următoarele:

1. „Om” – fiinţă biologică, pentru că este programat prin ereditate şi aşa cum spune un gânditor: „omul devine om pentru că se naşte om”. Noţiunea de „om “ semnifică apartenenţa la specia biologică „hommo sapiens” (om cu raţiune), făcând parte din clasa mamiferelor superioare. Particularităţile omului, ce-l deosebesc de alte specii, sunt:
   - mersul vertical;
   - mâinile adaptate la muncă;
   - creierul înalt dezvoltat, ce e capabil să reflecte realitatea în noţiuni şi s-o transforme conform trebuinţelor, intereselor şi idealurilor sale.

2. „Om” – fiinţă psihologică, deoarece posedă cel mai înalt nivel de reflectare – conştiinţa explicită (reflexivă). Omul, fiinţa psihologică, posedă funcţii psihice superioare, posedă limbajul şi capacitatea de a cunoaşte lumea înconjurătoare, este dotat cu gândire, memorie şi voinţă.

3. „Om” – fiinţă socială, este cea mai esenţială particularitate. Omul, în plan ontologic, fiind influenţat de mediul social, acumulează o experienţă socială, ce-l transformă şi-l influenţează mereu. Anume viaţa şi relaţiile sociale în care se încadrează omul, îl fac să devină tot mai mult un participant activ la activităţile sociale.

4. „Om” – fiinţă culturală, deoarece este un purtător şi generator al valorilor culturale, al valorilor adevărului, binelui şi frumosului, călăuzindu-se după semnificaţii, credinţe şi idealuri, conferind un sens superior propriei vieţi.

Generalizând, menţionăm că „omul” este un sistem **bio-psiho-socio-cultural**, ce se constituie fundamental în condiţiile existenţei şi activităţii din primele etape ale dezvoltării individuale în societate.

Omul este şi poate fi privit ca o entitate, un tot unitar şi relativ autonom.

Termenul de **individ** desemnează „acea totalitate a elementelor şi însuşirilor fizice, biochimice, biologice şi psihofiziologice – înnăscute sau dobândite – care se integrează într-un sistem pe baza mecanismului adaptării la mediu”. Desemnând unitatea integrativă indivizibilă rezultată în virtutea procesului vieţii şi a acţiunii legilor evoluţiei biologice, termenul individ se aplică tuturor organismelor vii. Fiind o entitate biologică şi o unitate structural şi funcţional indivizibilă, omul este primordial, un individ.

Individul este privit ca un purtător al însuşirilor genotipe generale distincte speciei, din care face parte, exemplar dintr-o categorie.

Individualitatea se referă, în schimb, la o realitate psihologică specială; la structurarea în interiorul individului a proceselor sale conştiente, a trăsăturilor psiho-fizice, a diferitelor însuşiri personale într-o formă unică, irepetabilă la ceilalţi.

În acest sens, fiecare om este o individualitate distinctă. Individualitatea omului se poate exprima în orice sferă a activităţii psihice: intelectuală, emotivă, volitivă, atitudinală. Originalitatea intelectului constă în modul deosebit de a percepe şi a înţelege, de a înainta şi a rezolva probleme. Individualitatea ca structură interioară caracterizează personalitatea mai amplu, mai concret şi totodată are loc deosebirea şi diferenţierea unei personalităţi de alta.

Persoana desemnează specificarea umană, deoarece numai oamenii pot fi numiţi astfel. Persoana, fiind o faţetă a personalităţii, o atitudine exterioară, care constă dintr-o totalitate de însuşiri, relaţii şi calităţi exterioare, indicând identitatea socială a individului.

„Persoana" este manifestarea actuală a omului într-o situaţie socială dată, manifestare, care se subordonează unui anumit rol, purtând un nume, o stare civilă şi fiind investită cu funcţii, datorii şi drepturi în grupul, în care activează.

Omul, ca persoană, îndeplineşte roluri şi dispune de statusuri sociale, deci el apare ca un personaj. Actor pe scena vieţii, fiecare îşi modelează structurile profunde de persoană după împrejurările, în care se află, şi dezvoltă comportamente conforme cu rolul / statutul său de părinte sau copil, profesor sau student, şef sau subordonat, producător sau consumator, şofer sau pieton, gazdă sau oaspete, profesionist sau nespecialist etc., de fiecare dată apărând ca un personaj mai mult sau mai puţin original.

O noţiune mult mai integră decât cele definite anterior este noţiunea de personalitate. Termenul de **personalitate** cuprinde întreg sistemul atributelor, structurilor şi valorilor, de care dispune o persoană. De aceea, personalitatea implică şi evaluări privind calităţile personale, rolurile şi statuturile, de care dispune respectiva persoană. Trebuie luat în consideraee şi nivelul suficient de maturitate socială. În acest caz, copilul mic (până la 3 ani) sau omul cu psihicul bolnav, bunăoară, nu pot fi consideraţi personalităţi.

Somitate este un mare specialist într-un anumit domeniu al ştiinţei; o personalitate extraordinară.

1.2. Personalitatea ca obiect de studiu psihologic

Termenul **personalitate –** cu rădăcina în **persona** – în pofida faptului că are un caracter foarte abstract, a intrat în circuitul comunicării din cele mai vechi timpuri.

În latina clasică se folosea numai cuvântul **persona,** care, iniţial, însemna mască, aparenţă. Treptat, sensul termenului s-a întregit, conferindu-i-se o funcţie distinctivă nouă – acea de a reprezenta şi *actorul* din spatele măştii**.** Astfel, *persona* a ajuns să exprime reunirea trăsăturilor psihomorale interne şi psihofizice externe.

Termenul a fost apoi asociat şi cu aspectele diferenţiale, folosindu-se pentru a desemna un om important (personaj, paroh).

În zilele noastre se vorbeşte tot mai mult despre personalitatea unui om şi impactul acesteia asupra societăţii. „Personalitatea umană" este un subiect vast, căruia i s-au dat numeroase interpretări şi definiţii.

În a. 1931, G.W. Allport enumera peste 50 de definiţii, iar astăzi McClelland găseşte peste 100 de definiţii ale termenului. Cu toate acestea, subiectul rămâne încă foarte puţin cunoscut.

Termenul ca atare de personalitate se foloseşte în accepţiuni foarte diferite, dobândind astfel un caracter înalt polisemantic. Deosebirile semantice se evidenţiază în cadrul principalelor discipline socio-umane, care şi-l includ în sistemul lor conceptual: sociologia, politologia, etica, istoria, pedagogia, psihologia. Să luăm, de pildă, sociologia şi politologia: prima foloseşte termenul respectiv în sens diferenţial-restrictiv, atribuindu-l indivizilor, care, prin contribuţia adusă într-un sector sau altul al culturii materiale şi spirituale, se ridică deasupra celorlalţi; cea de-a doua, dimpotrivă, foloseşte acest termen în sens larg, pentru a desemna orice om normal ca

membru al unei comunităţi sociale (personalitatea exprimând, în acest caz, modul specific de organizare psihocomportamentală a omului în contextul vieţii sociale, al culturii şi istoriei).

Reţinem, aşadar, că psihologia operează cu termenul de personalitate în referirea sa la orice om normal: fiecăruia dintre noi, ea ne atribuie calificativul „personalitate". În ***„Dicţionar de psihologie"*** de Norbert Sillamy **personalitatea** este definită astfel**:** „…element stabil al conduitei unei persoane, ceea ce o caracterizează şi o diferenţiază de o altă persoană". Pentru **sociologie** personalitatea este „expresia socioculturală a individualităţii umane". („Dicţionar de Sociologie" – coord. C. Zamfir, L. Vlasceanu).

După *A.T. Asmolov* **personalitatea** este totalitatea, sistemul însuşirilor individual-specifice ale omului, create în decursul vieţii, cu care se apreciază specificul în mentalitatea şi comportamentul omului concret. Ea se formează în primul rând prin rolul său social, pe care-l îndeplineşte.

O definiţie mai structurală este cea propusă de *H.C. Warren*: „Personalitatea este întreaga organizare mintală a fiinţei umane în orice stadiu al dezvoltării sale. Ea îmbrăţişează fiecare aspect al caracterului uman: intelect, temperament, abilitate, moralitate şi fiecare atitudine, care s-a format în cursul vieţii cuiva".

De aceeaşi factură poate fi considerată definiţia lui *R. Linton*: …Personalitatea este ansamblul organizat al proceselor şi stărilor psihofiziologice aparţinând individului.

Menţionăm şi definiţia propusă de *P. Lecky,* care subliniază rolul factorului cognitiv subiectiv în organizarea internă: „**Personalitatea** este o schemă unificată a experienţei, o organizare de valori, care sunt compatibile între ele".

Încheiem seria definiţiilor prin structura internă cu formularea, pe care ne-o propune însuşi *G. Allport*: „**Personalitatea** este organizarea dinamică în cadrul individului a acelor sisteme psihofizice, care determină gândirea şi comportamentul său".

Pentru a înţelege mai bine, vom explica în continuare conceptele din această definiţie:

a) *organizarea dinamică* – formarea structurilor sau ierarhiilor de idei şi deprinderi, care ghidează şi organizează în mod dinamic activitatea;

b) *psihofizic* – personalitatea nu este nici pur psihică (mentală), nici pur biologică (nervoasă), ci o unitate complexă psihofizică;

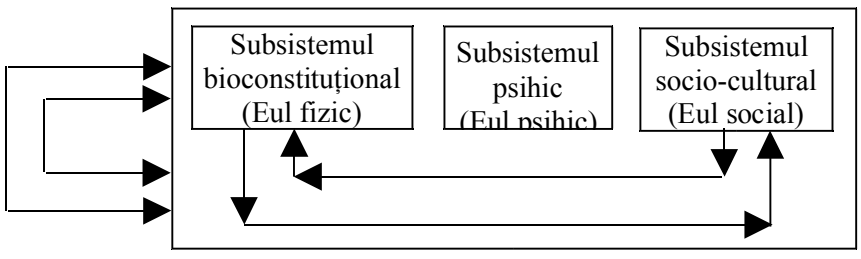
c) *sisteme* – orice sistem este un complex de elemente într-o interacţiune reciprocă. O deprindere este un sistem, la fel şi un sentiment, o trăsătură, un concept, un stil de comportare. Aceste sisteme există în mod latent în organism chiar când nu acţionează. Sistemele sunt „potenţialul nostru de activitate";

d) *determină* – personalitatea este ceva şi face ceva. Sistemele psihofizice latente motivează sau direcţionează o activitate şi o gândire specifică atunci când intră în acţiune. Toate sistemele, care compun personalitatea, trebuie considerate ca tendinţe determinate. Ele exercită o influenţă directoare asupra tuturor actelor expresive, prin care personalitatea ajunge să fie cunoscută.

e) *caracteristic* – „orice comportament şi orice gândire sunt caracteristice persoanei şi (….) sunt unice pentru aceasta";

f) *comportament şi gândire* – „personalitatea se manifestă, se dezvoltă în ceea ce gândeşte, simte şi face omul. Aceşti doi termeni constituie o etichetă pentru a desemna tot ceea ce poate un individ să facă".

În concluzie menţionăm că personalitatea constituie un bloc din 3 determinanţi: biologic, psihic şi socio-cultural.



Personalitatea

Fig. 16. **Schema-bloc a sistemului personalității.**

Din această schemă observăm că personalitatea este o realitate complexă, care nu poate fi studiată de o singură ştiinţă. E evident faptul că ea trebuie să facă obiectul a cel puțin trei grupe de ştiințe: *biologice, psihologice şi socio-culturologice*.

Ca urmare, **Personologia** sau ştiință a personalității nu poate fi decât o *construcție interdisciplinară integrată*, în care să se articuleze, într-o structură teoretico-explicativă unitară, datele celor 3 grupe de discipline.

Din cele de mai sus rezultă că psihologia nu-şi poate revendica dreptul de monopol sau de exclusivitate în studiul personalității. Domeniul său de competență îl reprezintă doar componența psihică. Luată sub aspect psihologic, personalitatea se identifică, în linii mari, cu programele şi structurile sistemului psihic uman (SPU), G. Kelly a introdus termenul sugestiv de *„constructe personale"*, care se elaborează în baza experienței proprii şi sunt implicate în decizii.

Caracteristicile „constructelor personale"

1. Constructele personale (trăsături, structuri, factori de personalitate) – sunt formațiuni integrate, sintetice, care reunesc diferite funcțiuni şi procese psihice.

De exemplu: Dispoziția spre comunicare implică nu numai limbaj, dar şi motivația, trebuința de a comunica şi totodată un mod de a gândi şi simți.

2. Constructele personale dispun de o *relativă stabilitate*, se manifestă constant în conduită, neputând fi radical modificați în situații accidentale.

De exemplu: Cine este înzestrat cu răbdare, cu stăpânire de sine şi calm, de cele mai multe ori dovedeşte aceste calități şi numai excepțional abdică de la ele.

3. Constructele personale tind spre *generalitate şi caracterizează pe om în ansamblul său* şi nu numai într-un anumit raport concret.

De exemplu: Inteligența generală, modalitatea temperamentală, fermitatea în atitudini se manifestă în cele mai diverse situații şi independent de acestea.

4. Constructele personale dispun totuşi de o oarecare *plasticitate*, nu sunt total rigizi, putându-se restructura şi perfecționa sub presiunea condițiilor de mediu.

De exemplu: mentalitatea conservatoare trebuie să cedeze în fața forței transformărilor revoluționare.

5. Constructele dominante în sistemul de personalitate al subiectului sunt *defenitorii* pentru el, îl exprimă în ce are el esențial ca om cuminte sau turbulent, talentat sau incapabil, respectuos sau insolent etc.

Totalitatea structurată a factorilor de personalitate, la care prin dezvoltarea sa subiectul a ajuns, reprezintă o stare de fapt, este însăşi *„substanța"* personalității, ce se confruntă cu lumea.

De aceea, pe baza cunoaşterii structurilor de personalitate se pot face previziuni asupra reacțiilor şi conduitei subiectului într-o situație dată sau în fața unei sarcini, ce i se încredințează.

Însuşi subiectul, care se observă şi se compară cu alții ajunge să-şi constate capacitățile şi trăsăturile sale. Uneori, se laudă cu ele, alteori se resemnează fatalist: „aşa sunt eu şi n-am ce face". Dar omul nu este, totuşi, un automat orb; el se cunoaşte şi poate decide asupra ce să facă şi cum; el, fiind conştient de sine, încearcă mereu să-şi ia în stăpânire propria ființă cu tot ce are ea, inclusiv structurile personale.

O lege fundamentală a sistemului de personalitate este **autodepăşirea şi realizarea de sine.**

1.3. Structura integră a personalității

Personalitatea se caracterizează prin două trăsături fundamentale:

– prin *stabilitate*, ceea ce înseamnă o modalitate de exteriorizare şi de trăire interioară relativ neschimbată în timp. Cu toată plasticitatea şi modificarea manifestărilor psihice ale personalității, totuşi, foarte limpede rezultă o relativă constanță a structurii sale psihice, ceea ce, în special, permite să se prevadă comportarea unei anumite personalități într-o situație dată.

– prin *integrare (unitate)*, deci prin formarea unei unități şi totalități psihice. Personalitatea omului e un tot întreg, unde fiecare trăsătură este indisolubil corelată cu altele şi se poate schimba complet dacă acest lucru îl cer raporturile cu alte trăsături ale personalității.

În descrierea ştiințifică a personalității, psihologia apelează la conceptele de structură. Personalitatea ne apare ca un ansamblu de structuri.

Structura personalității după *Rubinştein I.L.* poate fi prezentată astfel:

1. Orientarea personalității – se manifestă în trebuințe, necesități, interese, idealuri, convingeri, motive dominante ale activității, în comportament, concepția despre lume.

2. Procese psihice şi activitatea cognitivă:

- cognitive (senzații, percepții, memoria, gândirea, limbajul, imaginația);
- volitive (voința);
- afective (emoțiile şi sentimentele).

3. Particularitățile individual-tipologice se manifestă în temperament, caracter şi aptitudini.

4. Particularitățile morfofiziologice – includ particularitățile anatomo-fiziologice şi de vârstă, care sunt direct dependente de particularitățile funcționale ale creierului.

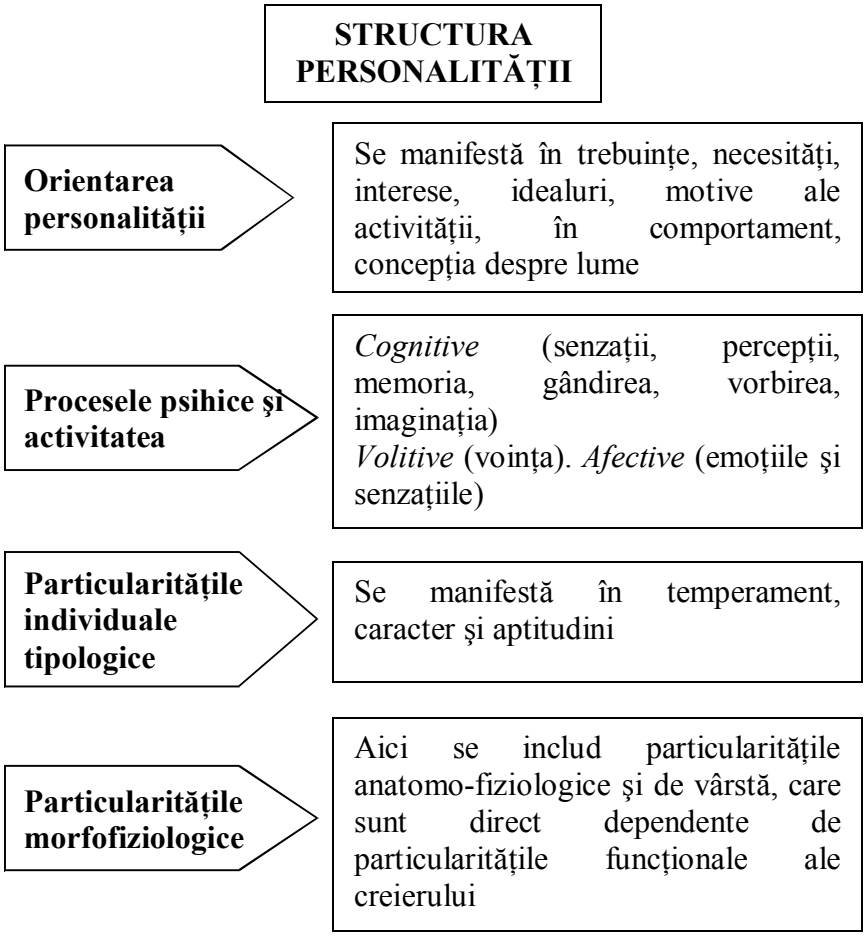
Tabelul 9

Structura personalității după Platonov K.

Substructura orientării personalității	Substructura experienței sociale
Unește atitudinile şi calitățile morale ale personalității. Trebuie evidențiate nivelul, larghețea, perseverența, rezistența, şi activismul În formele orientării personalității se manifestă atât atitudinile, cât şi calitățile morale	Include cunoştințele, priceperile, deprinderile şi abilitățile acumulate în experiența proprie, prin învățare
Substructura formelor de reflectare (psihologică)	Substructura biologic condiționată
Cuprinde particularitățile individuale ale unor procese psihice, care se formează în procesul vieții sociale	Întruneşte particularitățile tipologice ale personalității, particularitățile genitale, de vârstă şi transformările ei patologice, care în mare măsură sunt dependente de particularitățile morfofiziologice ale creierului

Tabelul 10

Structura personalității (după Rubiştein S.L.)


STRUCTURA PERSONALITĂȚII
Orientarea personalității
Se manifestă în trebuințe, necesități, interese, idealuri, motive ale activității, în comportament, concepția despre lume
Procesele psihice şi activitatea
Cognitive (senzații, percepții, memoria, gândirea, vorbirea, imaginația)
Volitive (voința). *Afective* (emoțiile şi senzațiile)
Particularitățile individuale tipologice
Se manifestă în temperament, caracter şi aptitudini
Particularitățile morfofiziologice
Aici se includ particularitățile anatomo-fiziologice şi de vârstă, care sunt direct dependente de particularitățile funcționale ale creierului

1.4. Tipologia personalității

Personalitatea poate fi abordată din perspective şi din direcții variate. Există numeroase teorii şi concepții privind tipologiile personalității.

C. Enăchescu, de exemplu, referindu-se la tipurile de personalitate, enumeră următoarele concepții principale:

1) tipologii morfo-fiziologice;

2) tipologii fiziologice;

3) tipologii psihologice pure .

Teoriile personalității au izvorât din clinică şi au fost sugerate de practica medicală. Teoriile personalității bazate pe elemente tipologice au fost realizate în special de către medici, fapt pentru care s-au folosit drept criterii aspectele morfologice ale corpului, factorii fiziologici sau psihologici, precum şi aspectele clinice sau chiar predilecția pentru o anumită boală somatică sau psihică. Prezentăm în continuare câteva dintre tipologiile cel mai des utilizate.

Bazându-se pe analiza cazurilor din clinica psihiatrică, E. Kretschmer edifică o tipologie morfo-psihică, înfățişând trei tipuri principale şi unul secundar:

– *Tipul picnic* sau *ciclotim* – se caracterizează prin cap rotund, față rotundă, gât scurt, trunchi plin şi rotund, membre subțiri. Din punct de vedere psihiatric, picnicii reacționează ca

persoană unitară, sunt sociabili. Ei sunt preocupați mai curund de aspectele concrete ale realității, sunt mai curând „empirişti”. Viața lor sufletească se desfăşoară prin oscilații între euforie şi depresiune.

– *Tipul leptosom* sau *schizotim* – se caracterizează prin fața uscătivă, gât lung, corp subțire, torace lung şi plat. Ei sunt (sau par) închişi, timizi, nesociabili, singuratici, enigmatici, reci, indiferenți la lumea din jur sau chiar ostili față de mediu. Conduita lor este frecvent neadecvată. Gândirea lor este abstractă, cu capacitatea de a sesiza detaliile. Dintre leptosomi se recrutează mulți teoreticieni, formaliști, fanatici.

– *Tipul atletic* – se caracterizează prin corp înalt, de construcție solidă, capul este adesea rotund, corpul este bine proporționat. Atleticul este liniştit în mişcări, mai curând greoi, imaginația este redusă, dar perseverența este remarcabilă. Tipul atletic este caracterizat psihic prin vâscozitate şi explozivitate.

– *Tipul displastic* – (tip net „anormal”, submorbid sau chiar morbid) – se caracterizează în special prin dismorfie.

Fundamentându-şi tipologia pe un criteriu embriologic, W.H. Sheldon realizează o sistematică morfologică în funcție de predominența țesuturilor derivate din cele trei foițe embrionare: endoderm, mezoderm şi ectoderm. Tipurile somatice realizate sunt corelate cu o dimensiune psihologică, la rândul ei ilustrată prin aproximativ 20 de trăsături particulare. Se descriu astfel:

– *Tipul endomorf* – amabil, iubitor de comodități, de spectacole şi de tovărăşie, curios şi tolerant, satisfăcut de sine însuşi, ataşat de familie şi de trecut. Dimensiunea psihologică a acestui tip ar fi ilustrată prin: atitudine relaxată, latență crescută în declanşarea reacțiilor, mică amplitudine emoțională, toleranță, extraversie.

– *Tipul mezomorf* – are sistemul muscular şi cardiovascular bine dezvoltate: puternic, plin de energie, foarte dur, curajos, combativ şi chiar agresiv, iubitor de aventură şi de exerciții, cu tendințe dominatoare, trăind mai ales în prezent, caracter energic, cu gust al riscului şi hazardului.

– *Tipul ectomorf* – are sistemul nervos dezvoltat şi sensibil. Este, de obicei, slăbănog şi fragil, cu mişcări dizarmonice, dar cu reacții fiziologice vii. Este foarte sensibil la durere. Iubitor de singurătate, nesigur pe sine, introvertit, egoist.

Teoria psihoanalitică a personalității

Teoria psihoanalitică a personalității este elaborată de Sigmund Freud, se atribuie la tipul celor psihodinamice, neexperimentale şi structural dinamice, care cuprind toată viața omului şi folosesc însuşirile psihologice interne la descrierea lui ca personalitate, în primul rând, necesitățile lui şi motivele. Este una din cele mai răspândite teorii în psihologia personalității.

Sigmund Freud (1856–1939) – psiholog din Austria, preocupat de psihoterapie. Un timp S.Freud a lucrat cu Iosif Breier, care a pus baza teoriei psihoanalitice. Breier pe larg folosea hipnoza. Pacienții lor mai des erau femeile, care sufereau de isterie. Boala se manifesta în diferite simptome: fobii, pierderea sensibilității, dedublarea personalității. Pacienții erau rugați de către Freud şi Breier să povestească despre toate împrejurările, care au însoțit apariția simptomelor bolii. S-a observat că în cazurile când bolnavii reuşeau să-şi amintească despre aceasta, simptomele dispăreau, cel puțin pe un timp. Breier a numit acest efect „catarsis”, ceea ce înseamnă curățire. În aceste experimente clinice a apărut ideea, la care nu o dată a revenit Freud. Pe prim plan au apărut relațiile conflictuale dintre conştient şi inconştient, care dereglează cursul normal al conduitei stărilor psihice. Noile gânduri ale lui Freud şi Breier erau legate de rezistența, care este opusă de către conştient-inconştient, în rezultatul cărui fapt şi apar bolile organelor de simț. Apelarea la început la hipnoză, mai târziu la „asociațiile libere”, permiteau atenuarea acestei rezistențe. Hipnoza slăbea controlul conştiinței, iar câte odată aducea la

dispariția lui. Aceasta ușura rezolvarea problemei pacientului, atunci când el era rugat să povestească despre retrăirile refulate din conștiință.

Un alt moment important, descoperit de acești doi savanți, a fost transferul – cazurile, când pacientul își transfera retrăirile vieții sale asupra personalității psihoterapeutului. Transferul, asemenea hipnozei, a devenit un procedeu de a pătrunde în sfera pulsiunilor înăbușite, refulate. Mai târziu Freud a considerat că nu e nevoie de hipnoză și a exclus-o.

Freud considera autoconștiința omului comparabilă cu vârful unui aisberg, era de părere că numai o parte neînsemnată din ceea ce se petrece în sufletul omului îl caracterizează ca personalitate și el e conștient de aceasta. Numai o parte mică a faptelor omul e în stare să le lămurească, să le descrie, să le înțeleagă.

Partea principală se află în sfera inconștientului, și numai metodele speciale, elaborate în psihoanaliză, permit de a pătrunde în ea.

Concepția lui Freud cuprinde 2 domenii: o doctrină psihologică și o terapeutică a bolilor psihice. Doctrina sa psihologică se bazează pe trei noțiuni principale:

1. Ideea de înnăbușire de către conștiință a unor tendințe sau reprezentări, împinse într-o regiune psihică în afara conștiinței – numită refulare.
2. Noțiunea de inconștient – viața spirituală nu se limitează la conștiință, alături de aceasta există o realitate psihică inconștientă, ce influențează viața psihică conștientă.
3. Noțiunea de libido-tendință sexuală, care ar fi la baza impulsurilor și tendințelor, pe care conștiința le împinge în inconștient. Lucrurile se complică când aceste reprezentări au un potențial afectiv și nu sunt indiferente.

Freud evidențiază două trebuințe, care determină activitatea psihică a omului: libidoul și agresivitatea. Însă din cauza că satisfacerea acestor necesități este împiedicată de obstacole din mediul înconjurător, ele sunt refulate și formează sfera inconștientului. Câte odată ele iese din inconștient, ocolind „cenzura" conștiinței și se exprimă în simboluri. Psihoanaliza lui Freud nu s-a limitat la sfera psihologică, dar s-a răspândit asupra întregii istorii a culturii umane.

Toate acțiunile omului prezintă simboluri ale necesităților, refulate în inconștient, ele se pot manifesta în scriere, în vorbire. În mituri, obicee Freud de asemenea vedea o simbolizare a necesităților biologice refulate.

În structura personalității, elaborate de Freud, sunt incluși 3 componenți de bază:

1. **Id** (sinele);
2. **Ego** (eu);
3. **Super-ego** (supra-eu).

Id – este sfera inconștientului, aici domină instinctele incoștiente refulate, acționează după principiul plăcerii.

Ego – pe de o parte urmează instinctele inconștiente, pe de altă parte, se supune normelor și cerințelor realității.

Super-egoul este totalitatea normelor morale ale societății, ea îndeplinește rolul de „cenzură". În așa fel, Ego se află în situație de conflict, căci Id și Super-ego sunt incompatibile. Din această cauză Egoul (eu-l) mereu recurge la mecanisme de apărare: refulare, sublimare. Însăși refularea se efectuează inconștient. Însă motivele, retrăirile, sentimentele, care se transferă în inconștient, continuă să acționeze, manifestându-se prin simboluri, printr-o activitate, care e potrivită pentru cenzură.

Pentru înfăptuirea variatelor funcții ale formelor activității, Freud a evidențiat un întreg sistem de mecanisme speciale (sublimarea, proiecția, transferul, refularea, regresia, etc.). Organismul e privit ca un sistem energetic complicat, condus de legea păstrării energiei. De aceea, dacă libidoul e stopat într-o manifestare a sa, el neapărat trebuie să producă oarecare alte efecte. Super-egoul asigură acceptarea socială a acestor mecanisme. Însă dacă aceasta nu-i reușește, conflictul dintre Id și Super-ego se acutizează, funcționarea normală a sistemului este dereglată, libidoul blocat își găsește expresia în simptomele bolii – nevroza.

La mijlocul secolului trecut a început o reformare a învățăturii lui Freud – a apărut o nouă tratare a inconştientului – neofreudismul. O tendință de a ignora baza învățăturii lui Freud găsim în psihologia analitică a lui K. Iung, în psihologia individuală al lui A. Adler, în psihologia epigenetică al lui E. Erixon, în teoriile lui G. Sulliven.

Critica lui Freud era orientată asupra tendințelor biologizatoare ale concepției sale, neofreudiştii au încercat să socializeze învățătura lui.

Karl Jung (1875–1961) – psihiatru, psiholog elvețian, fondatorul psihologiei analitice, fiind un adept al lui Freud, a elaborat una din metodicile experimentului asociativ, a introdus noțiunea de „complex". Mai târziu Iung s-a îndepărtat de Freud şi freudism, înaintând părerea că în afară de subconştientul individual mai există şi inconştientul colectiv. Prima pricină a contradicției dintre ei e ideea pansexualismului, elaborată de Freud.

Sistemul său Jung l-a numit „psihologie analitică". Jung considera că baza vieții spirituale o constituie experiența ereditară a generațiilor precedente, care e alcătuit din totalitatea arhitipurilor.

Analiza visurilor de noapte şi devierilor psihicului în învățătura lui Jung e strâns legată de studierea principalilor componenți ai culturii, miturilor, religiei, folclorului. Jung e convins de faptul că omul include trei niveluri: conştiința, inconştientul personal şi inconştientul colectiv, format din urmele memoriei, lăsate de trecutul omenirii. Inconştientul colectiv exercită influență asupra personalității omului, determină comportamentul lui din momentul naşterii.

Jung a elaborat o structură a personalității (foarte complicată şi nerecunoscută de toți), care include:

- eu;
- „umbra" – totalitatea închipuirilor refulate despre sine însuşi;
- autocunoaşterea sensului vieții;
- „anima" – izvorul pulsiunilor şi mângâierii;
- „animus" – izvorul judecăților, opiniilor indiscutabile.

Jung a propus tipologia caracterelor în corespundere cu predominarea funcțiilor (gândirea, simțul, intuiția), şi orientarea personalității spre lumea interioară sau exterioară (introversiunea sau extraversiunea).

Adler Alfred (1870–1937) – psiholog din Austria, reprezentant al curentului psihoanalitic în psihologie. A creat şcoala ştiințifică a „psihologiei individuale".

După părerea lui Adler personalitatea e un produs mai puțin al eredității decât al mediului, şi anume al modelului de viață fixat într-o persoană sau alta din lumea înconjurătoare. Adler e de părerea că educația, înțeleasă în sensul larg de exerciții şi contact cu lumea externă, este singurul factor determinant în formarea personalității. Mai mult decât atât, personalitatea individului nu se formează în direcția dispozițiilor şi talentelor înnăscute, ci în direcția insuficiențelor organice.

În lupta pentru viață şi adaptare la mediu punem mai întâi în activitate dispozițiile înnăscute şi organele bine dezvoltate, mai ales aptitudinile slabe şi organele deficiente.

Tratamentul nevrozelor este psihanalitic, ca şi la Freud. Adler a numit psihologia sa „psihologie individuală" şi a studiat problema în legătură cu pedagogia, în care teoria compensării îndeplinite de funcțiile psihice şi determinarea personalității în mod exclusiv de mediul social au putut furniza unele concluzii practice.

Critica principală, care s-a adus concepției lui Freud, este valabilă şi împotriva doctrinei lui Adler, ce are ca punct de plecare acelaşi determinism psihic rupt de substratul fiziologic al fenomenelor spirituale.

Conciliind sexualismul lui Freud cu instinctul de dominație al lui Adler, K. Jung a ajuns la o sinteză-compromis între aceste două opinii extreme.

Jung respinge, ca şi Adler, extensiunea nejustificată dată de Freud noțiunii de libido. Noțiunea de libido capătă la Jung o nouă definiție apropiată de sensul ei propriu – dorința personală.

Instinctul sexual este o astfel de dorință, dar nu e singură. Alături de acest instinct mai sunt cuprinse în libido şi alte dorințe, instincte, trebuințe.

Manifestarea acestui libido au două direcţii fundamentale: a conservării şi a reproducerii (instinctele vitale cele mai vechi).

Cât priveşte nevrozele, Jung observă că nu orice nevroză e de origine sexuală (deşi nevrozele sexuale sunt cele mai numeroase). Nevrozele sunt datorite unei insuficienţe de energie vitală, unei căderi de tensiune nervoasă. Eşecul unei conduite superioare îl face pe bolnav să se retragă într-o conduită inferioară, părăsită din timpul copilăriei, nevroza e un proces de regresiune.

În ce priveşte inconştientul, Jung respinge refularea, oricât de mare ar fi rolul ei ca principiu de explicaţie a inconştientului. El ajunge la concluzia că inconştientul e format nu numai din tendinţele refulate, care au fost la un moment dat conştiente, ci şi dintr-o serie de tendinţe, ce nu au fost niciodată în conştiinţă, rămânând într-o stare latentă, cât şi prin multe alte deprinderi, care fără de faptul să fie refulate sau automatizate, exercitându-se fără controlul conştiinţei.

Iung destinge în inconştient mai multe straturi: un inconştient personal (cuprinde diversele manifestări individuale specifice) şi un inconştient apersonal, ce cuprinde o serie de elemente comune tuturor indivizilor.

Aportul cel mai important al psihologiei lui Karl Iung constă în problema tipurilor. Pentru Iung există două tipuri: tipul introvertit şi tipul extrovertit. Iung e de părerea că pe baza tipologiei sale se poate încerca şi o sinteză între teoria lui Freud şi teoria lui Adler: teoria lui S.Freud s-ar aplica mai ales la tipul extravertit şi cea al lui A.Adler – la tipul introvertit.

Tipul extrovertit **–** este orientat spre exterior, spre cunoaşterea lumii externe, evită singurătatea, este sociabil şi agregat de comunitate, animator şi eventual conducător de grup. Nu se cunoaşte pe sine suficient, nu ştie care este Sinele său autentic;

Tipul introvertit **–** este inapt pentru dezvoltarea unor relaţii sociabile, slab adaptat la realitate; evită lumea, se complace în singurătate. Găseşte în sine ceea ce extravertitul găseşte în ceilalţi; solitar, iar uneori bizar şi egoist.

Menţionăm, însă, faptul că cele două modele, polar opuse, situate pe extreme, contrazicându-se, nu sunt niciodată pure; introvertitul conţine întotdeauna elemente de extraversie şi invers.

Teoriile umanistice ale personalităţii

Printre direcţiile psihologice, ce se exprimau împotriva psihologiei atomiste, sunt teoriile umaniste. Esenţa acestor teorii constă în faptul că personalitatea e privită ca o formaţiune psihologică, ce ia naştere în procesul vieţii în societate, ca un produs al dezvoltării experienţei umane, însuşirii formelor sociale de conduită. Pentru psihologii direcţiei umanistice personalitatea este o formaţiune psihologică, care se referă nu numai la realitatea înconjurătoare, dar şi la propria persoană. Se înainta părerea despre faptul că sunt baza conduitei omului.

Acest curent şi-a început dezvoltarea în anii ’30, s-a dezvoltat apoi în anii ’50–’60, a exercitat o mare influenţă asupra dezvoltării psihologiei sociale. Reprezentanţii acestei teorii protestau împotriva părerii că conduita omului e condiţionată sau de tendinţa spre plăcere, sau de tendinţa spre agresie, sau spre apărarea de societate. Ei au negat părerea că impulsurile naturale neapărat sunt duşmănoase societăţii, dimpotrivă, psihologia umanistă înaintează în calitate de mecanism motivele înnăscute altruiste. Cu alte cuvinte, psihologii umanişti insistau pe punctul de vedere antropologic. Anume condiţiile social-istorice formează sfera afectiv-motivaţională a omului, necesităţile lui specific umane. Pentru umanişti nucleul central al omului e închipuirea lui despre sine, autoaprecierea: „Eu-sistemul”, „Eu-chipul”.

Teoria lui Karl Rogers

Unul dintre primii reprezentanţi ai acestui curent este Karl Rogers (1900). Metoda sa de terapie Rogers a numit-o indirectivă sau concentrată la pacient. Conform metodei lui Rogers medicul nu trebuie să-i sugereze pacientului careva gânduri, contactul dintre medic şi pacient

trebuie să se bazeze pe stimă, încredere, egalitate în drepturi. Pacientul a fost numit de către Rogers "client". Funcţia terapeutului constă în crearea unei astfel de situaţii, în care medicul este al doilea „Eu" al pacientului. Unica regulă a terapiei – stima adâncă faţă de poziţia individuală a personalităţii. Metoda terapeutică a lui Rogers coincide cu închipuirile lui despre formarea personalităţii şi mecanismele dezvoltării ei. Ulterior ideea lui Rogers despre terapia indirectă a devenit o teorie psihologică a purtării indirective. Comunicarea între oameni trebuie să fie indirectivă, bazată pe stima faţă de oameni. Această teorie e utilizabilă mai ales în psihologia copiilor, psihopatologia copiilor, în special în terapia nervozelor, unde într-adevăr există un câmp larg pentru comunicarea indirectivă.

Veriga principală în teoria personalităţii al lui Karl Rogers e categoria autoaprecierii. Formarea autoaprecierii nu are loc fără conflicte, adesea autoapreciere nu corespunde cu aprecierea altor oameni. Are loc un proces complicat: negarea ori părerii proprii, ori părerii oamenilor, care ne înconjoară, – „procesul organic de apreciere". Copilul începe să aibă o atitudine de neîncredere faţă de propriile senzaţii, orientându-se la aprecierea altor oameni, astfel omul se îndepărtează tot mai mult de la autoapreciere. Anume această contradicţie despre aprecierea greşită, dar conştientizată şi mecanismul de apreciere la nivelul neconştientizat interior caracterizează personalitatea nematură, ce suferă de incapacitatea de autoactualizare. (Rogers evită termenul „nevroză").

Omul tinde să păstreze valorile „proprii" şi închipuirea despre sine bazată pe ele, deci omul construieşte un sistem de apărare împotriva experienţei periculoase, incompatibile cu „Eu-concepţia". Sunt necesare tot mai multe reacţii de apărare pentru a păstra părerea greşită despre sine.

Terapia lui Rogers e menită să lichideze contradicţia dintre "Eu-concepţia" conştientizată şi experienţa reală, pe care omul o neagă, de a-l apropia pe om de experienţa proprie interioară (e posibil doar în situaţiile, când nu este pusă în pericol personalitatea). În rezultat, se formează o „Eu-concepţie" nouă, plastică, orientată la procesele interioare de apreciere. Schimbarea comportamentului se produce automat.

Ca şi în neopsihanaliză, la Rogers dezvoltarea personalităţii este determinată de tendinţa înnăscută, mediul e doar o influenţă din exterior străină omului. Ca şi la Freud, psihicul se determină pe sine, relaţiile lui cu mediul au forma unui conflict principal. Rogers cere ca psihanalistul niciodată să nu se apropie de pacient cu schema de acum gata. Rogers e de părerea că autoaprecierea omului exercită influenţă asupra sănătăţii lui.

Adesea oamenii au o închipuire greşită despre sine. Dorind să evite schimbarea închipuirii sale, ei denaturează realitatea, în care trăiesc. Sunt cazuri când omul schimonoseşte nu realitatea sau părerea altor oameni, ci autoaprecierea: „Eu sunt rău". Rogers accentuează că omul nu întotdeauna îşi menţine autoaprecierea înaltă, el ignorează experienţa sa de viaţă. Acest fenomen de schimonosire a realităţii este o măsură neconştientizată de apărare şi conduce la conflict intern, de aceea scopul psihoterapeutului (şi al oamenilor înconjurători) este de a ajuta la formarea unei autoaprecieri plastice. Plasticitatea, conform părerii lui Rogers, este cea mai necesară condiţie mereu schimbătoare a vieţii.

Spre deosebire de psihanalitici, Rogers susţine că chiar trebuinţele primare, cele mai necesare pot acţiona la om numai cu condiţia că ele sunt susţinute de normativele corespunzătoare.

Meritul lui Karl Rogers constă în faptul că obiectul analizei şi studiului său empiric a fost structura psihologică interioară a personalităţii. El şi-a concentrat atenţia asupra fenomenelor importante pentru formarea psihologiei umane, cum sunt autoconştientizarea şi autoaprecierea, la funcţiile lor în dezvoltarea şi comportamentul subiectului.

Teoria lui Gordon Allport (1897–1967)

Gordon Allport în trecut a fost psihoterapeut, apoi a început să se ocupe de psihologie. Allport se deosebeşte de ceilalţi psihologi prin faptul că el pleca nu de la clinică spre omul sănătos, nu de la omul bolnav psihic la cel sănătos, ci invers. El a înaintat părerea, despre aceea,

că psihologii trebuie să treacă de la studierea oamenilor bolnavi la cei sănătoşi. Prin aceasta Allport se deosebeşte de neofreudişti şi K. Rogers, care transferau legităţile dezvoltării psihicului nevroticului asupra personalităţii sănătoase. După Allport, omul prezintă un „sistem deschis", aceasta înseamnă că dezvoltarea omului se petrece întotdeauna în relaţii reciproce cu alţi oameni. În aceasta constă prima încercare de a prezenta lumea ca neantagonistă, dimpotrivă, aceste relaţii îl dezvoltă pe om ca personalitate şi dă posibilitate dezvoltării lumii microsociale şi macrosociale. De aici rezultă că nu există un echilibru dintre om şi lume.

Încă o teză importantă: tratarea personalităţii ca „sistem deschis" nu înseamnă acceptarea parametrilor ei stabili, anume consolidarea lor neîntreruptă este forma principală de existenţă a personalităţii. Anume relaţiile sociale constituie personalitatea. Personalitatea, după părerea lui Allport, e un model de categorizare a relaţiilor. Dezvoltarea personalităţii e determinată de nivelul de autonomie a motivelor ei, dezlegarea ei de la necesităţile biologice. În această privinţă Allport e în contradicţie cu freudismul.

În calitate de mecanism de dezvoltare a personalităţii Allport a declarat trăsăturile. Noţiunea de „trăsătură" este diferită de trăsătura caracterului, este o „trăsătură-motiv" sau „trăsătură-interes". Trăsăturile, în opinia lui Allport, sunt motivele, ce acţionează în momentul dat. Allport accentuează că trăsăturile unui om matur diferă radical de cele ale copilului. Trăsăturile nu sunt biologice, dar nici nu se reduc la începutul spiritual. Trăsătura se prezintă ca motiv al comportamentului uman. Dar de unde apare motivul? De aici începe neconsecutivitatea lui Allport: pe de o parte, el consideră că trăsătura-motiv nu e factor biologic, dar, pe de altă parte, consideră că fiecare om se naşte cu o mulţime de trăsături (motive), ce se transformă pe parcursul vieţii, dar totuşi ele sunt înnăscute. Omul are două clase de trăsături:

- de bază;
- instrumentale.

Trăsăturile de bază sunt acele trăsături, ce stimulează comportarea, instrumentele – ce conturează purtarea omului (politeţea, reţinerea, etc.). „Armonizarea trăsăturilor de bază şi instrumentale este baza formării noilor motive". G.Allport spune că stabilitatea, permanenţa trăsăturilor mărturiseşte despre maturitatea personalităţii. Uneori trăsătura devine factorul de bază în viaţa omului, ea merită să fie dominantă, cardinală. Această trăsătură nu poate rămâne ascultată mult timp – ea numaidecât se exprimă în actele de comportament.

Allport accentuează următoarele trăsături caracteristice personalităţii sănătoase:

- poziţia activă referitor la realitate;
- experienţa trebuie să fie accesibilă pentru conştiinţă (posibilitatea de a vedea fenomenele propriei vieţi aşa cum sunt ele, dar nu prin intermediul „apărării psihologice");
- autocunoaşterea;
- aptitudinea de abstractizare;
- procesul continuu de individualizare;
- autonomia funcţională a trăsăturilor;
- rezistenţa la frustraţii.

În calitate de condiţie principală în dezvoltarea personalităţii Allport înaintează posibilitatea "împotrivirii echilibrului", tensiunea trebuie să se păstreze, dar să nu se înlăture (este contrariul teoriei lui K. Levin).

Trăsăturile, ce caracterizează personalitatea nevrotică:

- poziţia pasivă faţă de lumea înconjurătoare;
- diverse „măsuri de apărare" (sublimarea, substituirea, refularea);
- schimonosirea stării reale a lucrurilor;
- limita în gândire;
- înpotmolirea, înţepenirea dezvoltării.

Motiv al comportamentul lui poate fi nu numai obiectul real, în afara omului, dar şi imaginaţia, închipuirea despre faptul, ce se poate întâmpla. Allport ajunge la concluzia că

trăsăturile pot fi observate studiind omul, viaţa lui individuală, actele de comportament. Trăsăturile nu se caută prin metoda deducţiei.

Teoria autoactualizării a lui Abraham Maslow

A. Maslow (1907–1970) este unul din cei mai străluciţi reprezentanţi ai direcţiei umanistice. Maslow este împotriva teoriei homeostazei (echilibrului dintre om şi lumea înconjurătoare). Maslow accentuează părerea că nu trebuie de studiat psihologia personalităţii omului pe baza studierii nevroticilor. Maslow vede la baza activităţii, comportamentului individului tendinţa continuă spre autoactualizare, autoexpresivitate. El se contrazice cu Darvin în privinţa supravieţuirii animalelor puternice şi agresive, spunând că agresia şi cruzimea nu e instinctul principal al animalelor. Maslow spune despre instinctul, ce îi face să se ajute unul pe altul. Dezvoltarea acestui instinct umanoid este transferată de către Maslow şi asupra omului.

A doua teză că omul e dator să fie ceea, ce poate deveni, e dator să-şi îndeplinească misiunea, utilizând toate posibilităţile sale.

Maslow a ajuns la concluziile sale pe cale neexperimentală. El a studiat biografiile oamenilor celebri. Maslow consideră că necesitatea de „autoactualizare", această necesitate umanoidă superioară apare numaidecât la oamenii sănătoşi, nevroticii sunt lipsiţi de această necesitate, şi însăşi nevroza, susţine Maslow, apare la acei oameni, care din anumite cauze nu au necesitatea de „autoactualizare". Cu alte cuvinte, omul trebuie să realizeze ceea ce e "depus" în el, ce el poate realiza. Dacă în individ sunt depuse aptitudinile de actor, el va tinde să devină actor. Dacă condiţiile vieţii împiedică realizarea acestei tendinţe, începe conflictul, care constă în faptul că omul nu are posibilitatea de „autoactualizare", de a deveni ceea ce poate fi. Această nesatisfacere dă naştere nevrozelor.

Ce este personalitatea după părerea lui A. Maslow? În ce constă sensul „autoactualizării"?

După Maslow „autoactualizarea" este un fenomen înnăscut, el se conţine în natura omului. Copilul se naşte cu necesităţile umane – bunăvoinţă, moralitate, ele constituie nucleul omului, dar omul trebuie să fie în stare să realizeze aceste posibilităţi (condiţiile trebuie să permită aceasta). Maslow spune că necesităţile umanoide sunt înnăscute, instinctuale. Susţine că însăşi în noţiunea de „autoactualizare" e depus ceva social. Aceasta înseamnă nu înăbuşirea instinctelor, agresiei omului, ci natura omului, în ce constă ea, A. Maslow a încercat să analizeze conţinutul necesităţii, trebuinţei, n-a putut, rămânând pe poziţie antropologică să dezvăluie latura socială a trebuinţei.

Teoria rolurilor

Reprezentanţi ai acestei teorii sunt Dj. Mid, I. Blumer, M. Kun, fiind concomitent reprezentanţi ai psihologiei sociale americane.

Dj. Mid consideră că omul se află în relaţie reciprocă permanentă cu societatea, de aceea nu putem presupune comportarea personalităţii. Dj. Mid, şi adeptul său M. Kun consideră că mecanismul de bază şi structură a personalităţii este esenţa de rol a ei. M. Kun accentuează că individul formează planurile sale de conduită în corespundere cu rolurile şi locurile sale în grupurile referente. Atitudinea sa faţă de sine ca faţă de obiect este cel mai bun indiciu al acestor planuri de conduită. Apariţia teoriei rolurilor e legată de lupta împotriva behaviorismului. Reprezentanţii teoriei rolurilor îşi închipuie că omul acţionează în viaţa sa ca „cineva" sau ca membru al colectivului: ca „fiu", ca „tată", ca „lector", etc. Omul nu e o personalitate abstractă, el e întotdeauna purtătorul unor anumite norme, drepturi, îndatoriri. Aceasta însă nu înseamnă că omul conştient joacă un rol, că omul e în calitate de actor.

Dezvoltarea psihicului uman, al activităţii psihice are loc numai în procesul jucării unui careva rol. Rolul se formează în procesul vieţii. După părerea lui Dj. Mid şi M. Cun rolul este funcţia comunicării între oameni. Adesea teoria rolurilor e numită teorie a aşteptărilor (nu poţi juca rolul, neştiind ce poziţie să ocupi în viaţă). Rolul poate fi jucat într-un plan, nereal,

imaginat, verbal, de aceea teoria rolurilor e strâns legată de problema psiholingvisticii. Reprezentanții teoriei rolurilor acordă o mare atenție situațiilor de joc la copii, anume cazurile când ei în joc interpretează careva roluri. Acceptând un rol în joc, copilul se dezvoltă, se învață să cunoască lumea, relațiile interumane. Personalitatea copilului se formează în situațiile de joc. Este foarte amplu utilizată terapia prin joc.

Căutarea sensului vieții în teoria lui Victor Francl

Victor Francl (1905) este psiholog şi psihiatru austriac. Autorul concepției logoterapiei, conform căreia un factor important în conduita omului este tendința de a găsi şi realiza sensul vieții, care există în lumea exterioară. Omul nu-şi pune această întrebare, ci răspunde la ea prin faptele şi acțiunile sale reale. Rolul sensului îl îndeplinesc *valorile* – nişte noțiuni universale de sens, ce generalizează experiența umană.

Francl descrie trei tipuri de valori, care pot face viața omului conştientă, cu sens:

- valorile de creație (munca);
- valorile de retrăire (dragoste);
- valorile relațiilor (poziția omului formată conştient în situații critice de viață, care nu pot fi schimbate).

Realizând scopul, omul se realizează în primul rând pe sine, autoactualizarea este doar un product colateral, accesoriu al înfăptuirii scopului.

Conştiința este organul, care-l ajută pe om să diferențieze, care din sensurile unei situații concrete este pentru om veridic.

Francl evidenția trei dimensiuni (parametri) ontologice (sau niveluri ale existenței):

- biologic;
- psihologic;
- poetic (spiritual).

Anume în ultimul sunt localizate sensurile şi valorile, ce joacă un rol determinat în direcționarea conduitei.

Libertatea voinței (după părerea lui V. Francl) este nedespărțită de resposabilitatea pentru alegerile efectuate, fără de care libertatea voinței se transformă în samovolnicie.

Logoterapia este bazată pe conştientizarea de către pacient a responsabilității față de căutarea şi realizarea scopului vieții sale în orice situații (inclusiv în situații critice de viață).

Teoriile umanistice pot fi atribuite la cele psihodinamice, şi totodată interacționiste, neexperimentale, structural-dinamice, care cuprind toată perioada de viață a omului şi care-l descriu pe om ca personalitate – ba în termenii însuşirilor interne şi ale particularităților, ba în termeni de conduită. Un merit al acestui curent este faptul că reprezentanții lui au avut drept obiectiv de cercetări – personalitatea omului, sfera lui motivațională, ei au înaintat pe prim plan problema autoaprecierii omului, scopurile lui, relațiile reciproce cu lumea.

Teoria personalității în psihologia existențialistă

Un curent important în psihologia contemporană în țările de peste hotare este existențialismul. Existențialismul este un curent filosofic, o ştiință despre existență.

Principalele teze ale teoriei existențialiste sunt următoarele:

1) psihicul uman, conştiința nu pot fi reduse la mecanismele fiziologice;

2) orice acțiune omenească întotdeauna posedă însemnătate (sau stimul), în care îşi găseşte reflectare atitudinea omului față de mediu;

3) conştiința "reflectoare" este specific umană, prin intermediul căreia omul se eliberează de situații şi opune rezistență ei;

4) omul nu poate fi privit izolat de la lumea înconjurătoare, cu care el se află mereu în contact.

„Psihologia înțelegătoare" a lui E. Sprangher

Fondată de către Diltei, a fost dezvoltată ulterior de către E.Sprangher.

Tezele cele mai importante se reduc la următoarele:

1) psihicul se dezvoltă din psihic;

2) psihicul se reduce la înțelegerea intuitivă a „modulilor realității vieții”;

3) nu trebuie să căutăm careva cauze, obiective ale dezvoltării personalității omului, e necesar de a comporta structurile unei personalități aparte cu valorile spirituale, cu cultura societății.

Sprangher considera principal în personalitate orientarea valorică, prin intermediul căreia ea cunoaşte lumea. A evidențiat 6 forme de cunoaştere a lumii („formele vieții”). În închipuirea lui Sprangher „înțelegerea” echivalează cu cunoaşterea. E. Sprangher a evidențiat şase tipuri de înțelegere a vieții sau şase *tipuri de oameni*:

1) omul *teoretic* – acela, care tinde spre cunoaştere (a legităților, a esenței lumii, a relațiilor omeneşti);

2) omul *economic* – se caracterizează ca om, care caută folos în cunoaştere;

3) omul *estetic* – omul, care tinde să cunoască lumea prin impresia formată, prin autoexprimare;

4) omul *social* – omul, care doreşte să se găsească pe sine în altul (dorința, capacitatea de a trăi pentru altul);

5) omul *politic* – omul, care are putere, forțe de a urma cerințele superioare (însă nu omul, care tinde spre putere administrativă);

6) omul *religios* – tipul de om, orientarea valorică, a căruia constă în căutarea sensului vieții.

Tipurile evidențiate de E. Sprangher nu reprezintă o clasificare a oamenilor. Sprangher a dorit să demonstreze că oamenii se deosebesc nu prin temperament, constituție sau comportament, dar prin valorile orientării spirituale.

Tezele *„psihologiei înțelegătoare”* la fel ca şi tezele psihologiei existențialiste sunt strict idealiste, ele nu şi-au găsit nici o întrebuințare în practică, doar au pregătit terenul pentru dezvoltarea multor teorii ale psihologiei idealiste, pentru apariția diferitor direcții mistice.

Teoria personalității în şcoala sociologică din Franța

Este un curent, reprezentanții căruia consideră că personalitatea trebuie privită ca un product al dezvoltării sociale. Ultima direcție al acestui curent a dezvoltat două puncte de vedere:

1. La sfârşitul sec. XIX şi prima jumătate a sec. XX – *biologic – evoluționist,* la baza căruia se găsesc ideile lui Kant şi Spenser.

2. *Sociologic*, care a declarat că psihicul omului este mijlocit, condiționat de societate.

Fondator al acestui curent e considerat E. Diurcheim. Aflându-se în contradicții cu behavioriştii, cu psihologia atomistică al lui Tarde şi psihologia asociativă, el a înaintat teza despre natura biosocială a omului. A accentuat că procesele psihice superioare sunt determinate de societate, dar recunoştea că un şir de fenomene psihice se dezvoltă ca mijlocite biologic.

Anume concepțiile colective (conştiința colectivă) formează psihicul omului. E. Diurcheim şi urmaşii săi n-au putut să se apropie de această problemă constructiv. La acest curent sociologic aderă şi teoria lui Pierre Janet, care a intrat în istoria psihologiei ca „psihologia modului de acțiune”.

Pierre Janet (1859–1947) după specialitate este medic, a fost preocupat de problemele psihologiei (în special nevrozele isterice şi psihastenia). Cele mai importante lucrări ale lui P. Janet sunt: „Evoluția personalității”, „Evoluția memoriei în corespundere cu timpul”.

A înaintat părerea că diferite procese psihice sunt fenomene, ce pregătesc acțiunea. Sentimentele, gândirea sunt procese, ce înfăptuiesc reglarea acțiunii. La baza teoriei sale stă învățătura despre comportament, dar aici aceasta e inversă behaviorismului. Conduita omului e analizată nu numai ca activitate privită din afară de către individ, dar şi având un conținut psihic, care e o parte indispensabilă a conduitei, – conținutul psihic reglează conduita.

Vorbeşte despre faptul că gândirea este metoda de pregătire a acțiunii, o probă, efectuată în mod specific, iar în sentimente de acum e inclusă reglarea viitorului comportament.

Pe teza lui Janet despre faptul că în structura proceselor psihice este inclus procesul de reglare, s-au bazat şi au dezvoltat-o mai târziu L.S. Vâgotschi, S.L. Rubinştein, A.N. Leontiev, L.I. Blonschi. Transformarea individului în om e determinată de posibilitatea reglării şi

autoreglării. După părerea lui Janet, dezvoltarea personalității umane are loc nu numai pe baza chipului sau modelului (gestaltpsihologie), nu numai pe baza motivului (Kurt Levin), dar şi pe baza comunicării. A evidenţiat trei etape în structura actului de comportare:

1) pregătirea interioară de a acționa;

2) apariția efortului orientat spre efectuarea acțiunii;

3) etapa de determinare.

Janet a înaintat problema reglării în analiza conținutului psihic, însă modelul „acțiunii" nu e privit de către Janet ca product al procesului de statornicire a obiectivelor sociale, însăşi noțiunea de model al acțiunii nu coincide cu noțiunea de activitate, determinată de practica social-publică.

În pofida acestor greşeli, teza lui P. Janet despre legătura psihicului cu conştiința, despre faptul că diferite procese psihice înfăptuiesc funcția de reglare, a îmbogățit considerabil psihologia personalității.

Pierre Janet a evidențiat diferite *niveluri de conduită a omului*:

1) actele reflectorii (cel mai inferior nivel al conduitei);

2) acțiunile perceptive amânate (la acest nivel conduita are o structură mijlocită-pregătirea şi terminarea acțiunii);

3) acest nivel include în sine actele de imitare (acte sociale elementare);

4) actele elementare intelectuale;

5) la acest nivel manipularea cu obiecte reale conduce la formarea aşa-numitelor obiecte intelectuale;

6) nivelul activității gândirii;

7) nivelul superior – activitatea de lucru şi creație.

Ca criteriu superior al dezvoltării personalității Janet consideră aptitudinea de autoreglare, mijlocire a propriei conduite. În reglarea comportamentului atribuie un rol important limbajului, consideră că trecerea de la nivelul inferior la cel superior are loc prin intermediul limbajului.

Limbajul este condiția principală şi mijloc de transformare a acțiunilor practice în acțiuni mintale. Janet a dorit să lichideze ruptura dintre psihic şi conduită.

Janet n-a putut crea o teorie integră a dezvoltării personalității. Descriind nivelurile de conduită, trecerea de la unul la altul, Janet n-a descris mecanismele interioare ale lor. În concepțiile lui nu sunt reflectate motivația, scopurile conştiente, fără care reglarea conduitei nu se înfăptuieşte. O părere greşită al lui Janet este faptul că în cazul stărilor patologice are loc o regresie la un nivel mai inferior, că disfuncțiile activității psihice nu sunt un moment negativ în dezvoltare, ele prezintă doar o nouă calitate.

Teoria lui J. Newtten

Teoria personalității a psihologului contemporan din Belgia J.Newtten e cunoscută ca concepția „omului spiritual". Această denumire e legată de închipuirea sa filosofică despre conştiință, ce s-a format sub influența filosofiei subiectiv-idealiste.

În teoria lui Newtten sunt două teze:

1. Relația reciprocă individ – mediu şi dominarea individului în această relație.
2. Personalitatea este un sistem integru.

Principalul mecanism al dezvoltării personalității este latura de cunoaştere a trebuinței – posibilitatea alcătuirii şi preluării planurilor acțiunii.

Personalitatea este un mijloc de funcționare, ce cuprinde două poluri: „Eu şi lumea", „Eu" reprezintă totalitatea funcțiilor psihice şi posibilităților individului, „lumea" este obiectul nostru. O mare atenție Newtten acordă motivației. Motivația, după părerea lui, este selectivitatea activă, continuă, care determină stabilitatea, direcționează conduita şi asigură înfăptuirea scopului. Spune că trebuințele spirituale superioare (filosofice, morale, religioase) nu se reduc la tendințele biologice. Newtten critică concepția freudiană despre sublimare, cu ajutorul căreia Freud lămureşte procesul transformării energiei sexuale în forme superioare ale activității. După părerea lui formele superioare ale conduitei omului au un izvor specific – necesitățile cu caracter social şi cognitiv, care sunt înnăscute, dar posedă o specifică „prelucrare cognitivă". Newtten a

demonstrat diferența dintre om şi animal. Activitatea umană, spune el, e caracterizată prin dezvoltare progresivă, ceea ce lipseşte la animale. Recunoaşte esența legăturii, relației reciproce dintre necesitățile fiziologice şi cele superioare. Sexualitatea sau alte procese fiziologice se exprimă în nenumăratele forme superioare ale activității omeneşti într-o formă mascată. Însă aceasta nu e procesul sublimării.

Newtten critică tendințele psihologice ale căutării motivelor acțiunii în conținuturile dinamice ale trecutului individului. Motivul actual nu e altceva decât forma, posedată de trebuință în condițiile date ca rezultat al procesului de învățare.

Postulează 3 niveluri ale vieții psihice:

- nivelul psihologic;
- psihosocial;
- spiritual sau existențial.

Introduce trei necesități principale:

– îndemnul spre desfăşurarea vieții şi necesitatea contactului biologic;

– desfăşurarea personalității şi necesitatea contactului psihosocial;

– necesitatea susținerii existențiale şi integrării universale (ceea ce se exprimă în tendința spre autorealizare).

J. Newtten înaintează „teoria relativă a trebuințelor", ea este orientată împotriva teoriei despre localizarea trebuințelor în organism. Trebuințele nu sunt o stare a organismului, ci „paterne" relațiilor subiectului cu lumea înconjurătoare.

Newtten include în sistemul necesităților tendința spre realizarea motivelor, ce este legată de funcția de cunoaştere. Teoria lui Newtten este o încercare de analiză a structurii şi conținutului personalității. Newtten creează concepția eclectică despre om.

Un moment pozitiv în teoria lui Newtten îl constituie închipuirea sa sistemică despre personalitatea, în care se evidențiază trebuințele sociale şi spirituale ale omului, nereducându-le la tendințe biologice. Pozitiv în teoria lui Newtten e faptul că el a accentuat legătura, relația reciprocă dintre psihic şi conduită, a apelat la conținutul psihologic al acțiunii. Teoria lui J.Newtten în totalitate suferă de *eclecticitate*, ceea ce rezultă din nerecunoaşterea funcției active a conştiinței ca reflectare a lumii obiective.

Personalitatea în viziunea psihoanalitică structurală a lui Jan Lacan

Jan Lacan este un teoretician francez şi practicianul aşa-numitei „Structuri psihoanalitice". Este fondatorul şi conducătorul şcolii freudiste din Paris (din anii 1964–1980). Îşi pune ca scop principal în fața sa „Revenire la Freud". Lacan folosea opinia lui Freud despre importanța deosebită a limbii pentru caracterizarea inconştientului şi a produselor lui, concretizând şi dezvăluind această idee în legătură cu noua experiență a lingvisticii structurale şi cu practica avangardei literare. Opiniile lui Lacan au suferit o evoluție semnificativă. În anii 30–40 el se găsea sub influența tradiției existent-fenomenologice. Principalele noțiuni în lucrările lui din această perioadă sunt: „imaginea", „închipuirea", „subiectul", „istoricitatea".

În anii 50–60 problema centrală în activitatea lui Lacan devine anume rolul limbajului şi simbolului în structura inconştientului. Deşi unele lucrări demonstrează prezența la fel şi a altor interese, numele lui Lacan tradițional se leagă cu concepția „psihoanalizei structurale".

În această concepție al lui Lacan putem evidenția câteva teze mai importante, ele sunt prezente în lucrările de bază: „Texte" (1966), care reprezintă o culegere a diferitor articole şi cuvântări ale autorilor la congrese, seminare, „Funcția şi câmpul de vorbire şi al limbii în psihoanaliză" (1953).

Lacan recunoaşte că inconştientul este compus, structurat ca şi limbajul. Toate dorințele omeneşti se înscriu de acum în ordinea simbolică existentă, unde forma principală, este limbajul.

Nouă nu ne este dat inconştientul curat înainte de limbaj, a judeca despre el se poate numai pe baza povestirii pacientului despre visurile şi dorințele sale, dintr-o parte, şi analiza vorbirii pacientului de către medic – din altă parte. Inconştientul – aceasta-i vorbirea „altuia". Noțiunea despre „altul" la Lacan e variată:

- prima variantă „altul” – tata, numele căruia pentru copil se integrează cu legea şi ordinea.
- „altul” – la fel este şi locul cultural, în care se descurcă toate aventurile dorinţelor individuale.

Triada noţiunilor principale ale lui Lacan – „realul”, „imaginativul”, „simbolicul” aproximativ corespunde triadei freudiste: Ego, super-ego, id-ul. „Simbolicul” la Lacan este puterea structurală, dumnezeiască şi asupra „realului” şi asupra „imaginativului”.

„Realul” – Lacan îl consideră concomitent ca ceva de neuitat şi imposibil, un haos, ce nu poate fi denumit.

„Imaginativul” – aceasta-i variaţia individului a ordinului simbolic, construită pe tinderea iluzorie spre unitate.

„Simbolicul” – obiectiv şi material e demonstrat în „reprezentare”. „Reprezentarea” sunt formele materiale ale limbii, ce neapărat domină asupra reprezentării, deci asupra sensurilor sau asupra raţiunilor.

Lanţul „reprezentărilor” semnifică soarta omenească. Legătura atitudinii dintre „însemnat” la fel şi dintre „imaginativ” şi „simbolic” în concepţiile lui Lacan este „subiectul descentrat”.

El neagă intuiţia, care purta caracter superlimbaj, aşa şi având tip de instincte înainte de vorbire.

Inconştientul, după Lacan, e înscris în cultură şi-i raţionalizat până la cel mai înalt grad. Spre deosebire de ceilalţi psihologi el nu tinde să adapteze bolnavul la mediul social, scopul lui era aprofundarea (prelucrarea) limbajului, a experienţei spirituale, ruperea de la vorbirea „deşartă” la cea „plină”, deci cuplarea individului la ordinea simbolică, realizarea descoperirii lui a formelor limbajului, în rezultatul cărora ceva în interiorul subiectului poate fi însemnat.

În toată creaţia lui Lacan a jucat rol nerezolvarea problemei lui centrale – inconştientul ca limbaj. Pentru soluţionarea ei el a folosit metodele structurii lingvistice, antropologice, topologice şi matematice.

Însă cele mai adecvate însuşiri au fost cele nelingvistice, deci cele matematice. Alcătuind textele sale pe baza celor elemente, care au loc înăuntrul inconştientului verbal, dar a şi introdus pentru privire generală un şir de lucrări „cugetătoare”, nivelul greu obţinut al funcţionării psihicului uman. Rezultatul obţinut nu putea fi numit strict „ştiinţific”, ceea ce înţelegea şi singur Lacan.

El a văzut condiţiile obiective de cunoaştere a inconştientului într-o formalizare de realizare destul de departe a acestui fel de domenii ale experienţei umane ca acţiune reciprocă şi tipul lăuntric al subiectului.

Apropierea lui J. Lacan de inconştient este mai întâi de toate un fenomen cultural, dar nu pur şi simplu practic – terapeutic, în ceea ce constă unul din principalele obstacole din partea colegilor lui – psihanalişti.

Lacan considera că *„psihanaliza structurală”* nu poate fi numită ca tratament în sensul direct al cuvântului, aşa cum nu vindecarea, nu izbăvirea de suferinţe, ci numai prelucrarea vorbirii, a descoperirilor discursive ai vieţii omului poate fi scopul lui.

Dintre cei mai de vază adepţi ai lui Lacan sunt: Z. Laplaniş, J. Pontalis, S. Lecler, M. Manoni etc. În prezent există şi funcţionează câteva şcoli active după ideile lui Lacan.

Tema 2. TEMPERAMENTUL

2.1. Temperamentul – latura dinamico-energetică a personalității

După cum nu există doi oameni cu amprente digitale identice, nici două frunze absolut echivalente pe acelaşi pom, tot astfel în natură nu există nici personalități umane absolut asemănătoare – personalitatea fiecărui om este irepetabilă.

Experiența milenară a omenirii, ca şi cea a fiecăruia dintre noi, demonstrează că oamenii diferă unii de alții nu numai prin însuşirile exterioare, ci şi prin cele interioare, psihice, prin modul, în care reacționează la întâmplările obişnuite şi la evenimentele neprevăzute, prin modul, în care se comportă cu semenii lor.

Oamenii au o anumită „viteză de reacție", „viteză de apărare", care-i deosebesc între ei. S-a constatat deci că deosebirile interioare ale oamenilor se datoresc însuşirilor temperamentale.

Integrarea însuşirilor şi trăsăturilor de ordin dinamico-energetic ale proceselor psihice şi actelor motorii, precum *intensitatea, pregnanța, acuitatea, modalitatea, echilibrul* etc., dă structura temperamentală a personalității.

Dacă însuşirile dinamico-energetice ca atare sunt *înnăscute,* determinate genetic, integrarea lor în plan psihocomportamental, deci în dinamica proceselor psihice şi a actelor motorii, se realizează în *ontogeneză.*

Întrucât aceste însuşiri bioenergetice se imprimă ca atare pe tabloul comportamental, ce se elaborează stadiul în cursul vieții individului, structura temperamentală şi, respectiv, tipul temperamental este *înnăscut,* reprezentând astfel, alături de predispoziții, „elementul" ereditar în organizarea internă a personalității.

Astfel, de pildă, N. Sillamy, în al său „Dicționar de psihologie"(1996) defineşte **temperamentul** ca „un ansamblu de elemente biologice, care, împreună cu factorii psihologici, constituie personalitatea".

Probabil, cel mai corect este să considerăm că **temperamentul** reprezintă modul, în care variabilele bioconstituționale şi bioenergetice se *psihizează* (deci, se implică în organizarea şi desfăşurarea proceselor psihice – *percepție, memorie, gândire, afectivitate*) şi se reflectă în comportament.

Deci când vorbim de temperament în plan psihologic, noi nu ne gândim direct la constituția fizică sau la procesele metabolice, care au loc în organism, ci la modul cum reacționează şi se manifestă individul, sub aspect dinamico-energetic, în diferite situații externe: *rapiditatea percepției, a răspunsurilor verbale la întrebări, a reacțiilor motorii; intensitatea trăirilor emoționale şi durata lor; intensitatea sau forța acțiunilor voluntare; direcția orientării dominate spre lumea externă (extraversie) sau spre lumea interioară (introversie); capacitatea generală de lucru şi rezistența la solicitări puternice şi de lungă durată; rezistența la frustrații, la stres, la situații afectogene şi conflictuale.*

Toate aceste trăsături se exprimă şi se concentrează numai la persoana, care se manifestă, se comportă şi acționează într-o împrejurare de viață sau alta; ele nu pot fi observate în stare pasivă, în somn sau în comă. De aceea, temperamentul, deşi are o condiționare biologică directă şi ereditară, dobândeşte valențe şi sens real numai în plan psihocomportamental.

Temperamentul reprezintă, astfel, pecetea şi dimensiunea dinamico-energetică a oricărei unități psihocomportamentale. Temperamentul se regăseşte şi începe să-şi dezvăluie trăsăturile sale specifice îndată ce omul începe să deschidă gura, să ridice mână, să gesticuleze. De aceea, spunem, că temperamentul se manifestă în orice situație, în orice împrejurare, fiind prima determinare a personalității, care se impune nemijlocit observației.

Aşa se explică faptul că primele descrieri şi clasificări ale lui datează încă din antichitate (Hipocrate, Gallenus). În istoria ştiinţei au fost multe încercări de a explica aceste deosebiri individuale între oameni.

Cea mai veche este teoria medicului grec Hipocrate (sec. V î. Hr.), care explica deosebirile individuale dintre oameni prin proporţia din organism a patru substanţe: sânge, fierea galbenă, flegma şi fierea neagră. Proporţia, în care sunt amestecate cele patru sucuri în organism, medicii greci au însemnat-o prin cuvântul „crasis". În limba latină pentru a însemna această noţiune de amestec se folosea cuvântul ***„temperament"*** („tempero" – amestec de proporţii).

Temperamentul, ce se caracteriza prin predominarea *sângelui,* a primit denumirea de *sanguin*; temperamentul, la care predomină *flegma – flegmatic*; oamenii la care în organism predomină mai mult *fierea galbenă*, erau consideraţi de temperament *coleric.* În sfârşit, oamenii, la care în organism predomină mai multă *fiere neagră*, se raportau la temperamentul *melancolic.*

Astfel a apărut ştiinţa teoriei despre temperament, care a fost acceptată de filosofia şi medicina veche şi s-a păstrat în ştiinţă peste 200 de ani. În ea se tratează ideea legăturii dinamicii comportării personalităţii cu particularităţile biologice ale organismului.

La început medicii greci credeau că proporţia acestor 4 lichide determină numai sănătatea omului, iar apoi au folosit teoria lui Hipocrate şi la elucidarea particularităţilor individuale ale oamenilor.

În sec. II î.Hr. medicul român Claudiu Galen a făcut prima clasificare a temperamentelor, pe care a expus-o în renumitul tratat „De temperamentis". El deosebea 13 tipuri de temperamente, pe care le-a descris foarte minuţios, dar numai 4 din ele au fost cunoscute mai deosebit. Acestea sunt: sanguinic, flegmatic, coleric şi melancolic.

Aceste concepţii referitoare la temperamente create de Hipocrate şi Galenus, care aveau la baza lor ideea predominării unui lichid iniţiau fundamentul fiziologic al anumitor forme de comportare şi a obţinut o recunoştinţă parţială în cercetările psihofarmacologice şi endocrinologice. De aici rezultă că unele calităţi, care se referă la temperament (reactivitate, sensibilitate etc.) într-o măsură oarecare depinde de diferenţierile individuale în funcţionarea sistemului hormonal.

Au fost şi alte încercări de a explica natura ştiinţifică a temperamentului în acea perioadă. Mai târziu Wundt, creatorul psihologiei experimentale, înţelegea temperamentul ca o predispoziţie la emoţie, iritare. El evidenţiază 2 calităţi temperamentale bipolare şi anume: viteza şi puterea schimbării emoţiei, subliniind însemnătatea caracteristicii energetice a individului.

Un mare merit ştiinţific îl are I.P.Pavlov, care a descoperit însuşirile activităţii nervoase superioare. El a demonstrat că anume îmbinarea înnăscută a acestor însuşiri caracterizează ceea ce numim **temperament.**

Pavlov a luat pentru cercetare organismul ca unitate şi a evidenţiat în cadrul lui creierul ca componentă, care reglează activitatea tuturor organelor şi ţesuturilor; uneşte şi coordonează activitatea diverselor părţi ale sistemului; suportă influenţa tuturor organelor şi sub influenţa impulsurilor trimise de ele se restructurează funcţional, asigurând menţinerea vieţii în organe şi ţesuturi.

Cu ajutorul metodei *reflexului condiţionat,* I. Pavlov a dezvăluit legităţile **ANS** (activităţii nervoase superioare şi însuşirile de bază ale proceselor nervoase). Teoria despre însuşirile proceselor nervoase, ce decurge din ea, despre tipurile activităţii nervoase dezvăluie formele primare de comportare a animalelor superioare, cât şi a omului. Deci temperamentul depinde direct de structura biologică şi este propriu nu numai omului, ci şi animalelor.

Am putea spune că temperamentul ţine de latura formală, de suprafaţă, a personalităţii, ci nu de cea internă, de conţinut. Temperamentul nu are o semnificaţie axiologică, nereclamând o împărţire a oamenilor în buni sau răi, în superiori sau inferiori.

Întrebarea, la care ne răspunde temperamentul, este una de ordin pur fenomenologic dinamico-energetic: cum se exteriorizează şi se manifestă o persoană, într-o situaţie concretă sau alta, sub aspectul intensităţii sau forţei, al mobilităţii şi echilibrului diferitelor tendinţe, pulsuri şi

procese biologice de semn contrar (forță-slăbiciune, labilitate-inerție, excitație-inhibiție, control-impulsivitate, impresionabilitate etc.).

Din punct de vedere biomedical, se poate afirma doar că o formulă temperamentală este mai avantajoasă decât alta în ceea ce priveşte rezistența la stresuri şi gradul de predispunere la anumite tulburări de ordin psihiatric-nevrotic sau psihotic. Dar, din punct de vedere educațional, nu se poate evidenția un temperament ca fiind absolut favorabil sau superior, iar altul ca fiind total nefavorabil, inferior.

Din cele de mai sus, decurge concluzia că *temperamentul* nu este o variabilă neutră din punct de vedere adaptativ. Dimpotrivă, aşa cum am menționat, structura temperamentală este o interfață între persoană şi lume şi îndeplineşte rolul de mediator între intensitatea, durata şi semnificația influențelor externe şi efectele în sfera psihocomportamentală.

O importanță specială capătă trăsăturile temperamentale în cadrul relațiilor interpersonale, atracțiile şi respingerile, simpatiile şi antipatiile dintre membrii unui grup fiind condiționate de ele.

2.2. Mecanismele fiziologice ale temperamentului

Explicația ştiințifică a temperamentelor îi aparține fiziologului rus I.P. Pavlov.

Conform învățăturii lui I.P. Pavlov, deosebirile individuale ale comportării, dinamica activității psihice depinde de deosebirile individuale în activitatea *sistemului nervos.*

Pavlov a pornit de la *principiul nervismului*, potrivit căruia rolul principal în reglarea raporturilor organismului cu mediul extern şi a funcționării organelor interne, inclusiv a sistemului endocrin, îl joacă *creierul*, precum şi de la teza de bază a neuropsihologiei şi psihologiei ştiințifice, potrivit căreia psihicul, în toate componentele şi laturile sale, inclusiv cea *temperamentală, dinamico-energetică,* este funcție a creierului.

În lumina acestor considerații, devine logic să se presupună că funcționarea creierului, respectiv, proprietățile naturale înnăscute ale celor două procese nervoase fundamentale – *excitația şi inhibiția* – reprezintă principalii factori, care condiționează tipul temperamental.

Pe baza datelor experimentale de laborator, obținute prin metoda reflexelor condiționate, Pavlov a reuşit să desprindă şi să evalueze trei proprietăți naturale, care împreună alcătuiesc ceea ce el a numit *tip de sistem nervos* sau *tip de activitate nervoasă superioară.* Acestea sunt:

- *forța;*
- *mobilitatea;*
- *echilibrul.*

Forța (puterea, intensitatea) este considerată proprietatea primordială şi determinată, ea reflectând capacitatea de muncă a celulelor nervoase şi rezistența lor la acțiunile stimulenților externi.

Aceasta este determinată genetic şi defineşte atât excitația, cât şi inhibiția.

Indicatorii comportamentali, după care putem evalua forța sistemului nervos, sunt:

- *capacitatea generală de lucru,* exprimată ca funcție de durată şi de gradul de dificultate şi complexitate a sarcinilor;
- *rezistența la acțiunea factorilor stresanți şi afectogeni;*
- *rezistența obiectivă la experiențele dure şi dramatice ale vieții;*
- *nivel ridicat al pragurilor senzoriale* (sensibilitate scăzută);
- *rezistență la acțiunea alcoolului şi substanțelor farmacodinamice*.

În funcție de valorile, pe care le iau aceşti indicatori, se delimitează două tipuri generale de sistem nervos: *tipul puternic* şi *tipul slab*.

Proprietatea opusă e slăbiciunea proceselor nervoase şi se caracterizează prin lipsa de capacitate a celulelor nervoase să suporte o excitație sau o inhibiție de lungă durată şi concentrată.

Mobilitatea defineşte dinamica proceselor nervoase fundamentale, respectiv viteza şi durata instalării lor, rapiditatea trecerii de la unul la celălalt. Ca atare, cantitativ, ea se va exprima în unităţi de timp şi va fi evaluată pe baza unor indicatori, precum:

- *rapiditatea formării noilor legături temporare;*
- *rapiditatea formării frânelor condiţionate;*
- *rapiditatea trecerii de la o activitate la alta;*
- *rapiditatea restructurării vechilor sisteme de legături temporare şi stereotipii;*
- *rapiditatea şi uşurinţa adaptării la schimbări.*

După valorile acestor indicatori, au fost delimitate două tipuri de sistem nervos: *mobil* şi *inert.*

Echilibrul este proprietatea, care rezultă din raportul de faţă dintre excitaţie şi inhibiţie şi se obiectivează în trei tendinţe:

- *tendinţa spre impulsivitate* (predominarea forţei excitaţiei asupra forţei inhibiţiei);
- *tendinţa spre inhibare* (predominarea forţei inhibiţiei asupra forţei excitaţiei);
- *tendinţa spre echilibru* (forţa excitaţiei aproximativ egală cu cea a excitaţiei, şi invers).

La unii oameni aceste 2 procese (excitaţie şi inhibiţie) se echilibrează reciproc, iar la alţii nu există echilibrul. Echilibrul sistemului nervos poate fi determinat prin studierea decurgerii reacţiilor organismului la stimulenţi pozitivi şi negativi.

După cum a remarcat I.P.Pavlov, echilibrul este cea dintâi însuşire, care ni se impune observaţiei în plan comportamental, impulsivitatea sau calmul punându-şi amprenta pe orice răspuns motor, verbomotor sau emoţional.

Pe baza acestei însuşiri, au fost delimitate două tipuri de sistem nervos: *echilibrat* şi *neechilibrat;* în cadrul celui neechilibrat, există 2 subtipuri: *neechilibrat excitabil* şi *neechilibrat inhibat* (inert).

TSN este o însuşire naturală a SN, care se poate întrucâtva schimba sub influenţa condiţiilor vieţii şi a activităţii.

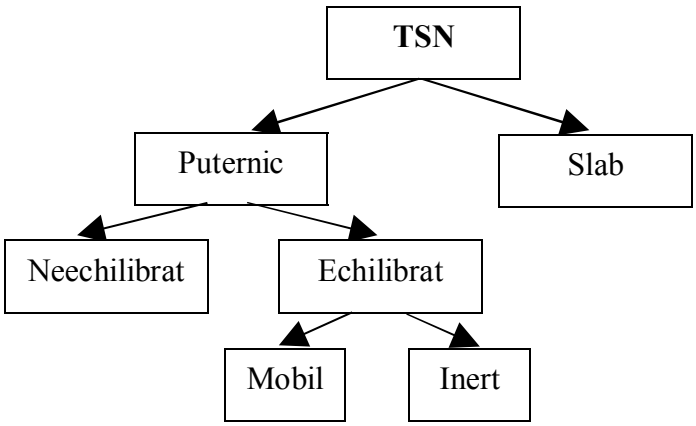


Fig. 16. **Tipul de sistem nervos.**

Pavlov a pus în corespondenţă tipurile generale de sistem nervos, comune omului şi animalelor, cu cele 4 temperamente stabilite în antichitate. Astfel:

a) **Tipul puternic-echilibrat-mobil** are drept corespondent temperamentul **sanguinic:** vioi, sociabil, comunicativ, adaptabil, controlat.

b) **Tipul puternic-echilibrat-inert** are corespondent temperamentul **flegmatic**: calm, tăcut, nesociabil, lent, greu adaptabil la situaţii noi, puţin impresionabil, rezistent la stres şi frustraţii.

c) **Tipul puternic-neechilibrat-excitabil** are corespondent temperamentul **coleric:** rezistent, hiperactiv, vioi, irascibil, impulsiv, imprudent, trăiri emoţionale explozive, instabilitate comportamentală, tendinţă de dominare în relaţiile interpersonale, saturaţie şi plictiseală rapidă la monotonie.

d) **Tipul slab** are drept corespondent temperamentul **melancolic**: interiorizat, retras, sensibil, delicat.

Pavlov a demonstrat că cele 4 tipuri considerate „pure" se combină între ele, dând 16 tipuri mixte, singurele, care se întâlnesc în realitate, „tipul pur" fiind o entitate mai mult teoretică.

O trăsătură esențială a temperamentului constă în faptul că însuşirile lui se manifestă frecvent; sunt tipice în diferite situații cotidiene, chiar atunci când vorbim cu alți oameni, lucrăm, exprimăm bucuria sau tristețea.

Însuşirile temperamentului nu se unesc între ele întâmplător, ci natural formează un anumit sistem – structură, ce caracterizează tipul de temperament; noțiune, prin care se înțelege un ansamblu al însuşirilor psihice, legate între ele şi comune pentru un anumit subiect.

Caracteristica fundamentală a tipurilor de temperament este determinată de următoarele însuşiri psihice de bază:

1. ***Senzitivitatea*** – este cea mai mică forță a influențelor exterioare necesară pentru apariția unei reacții psihice. La această însuşire se referă şi forța cea mai mică necesară pentru apariția excitantului şi viteza apariției reacției.

2. ***Reactivitatea*** – relevă gradul impulsivității reacțiilor involuntare la influențele externe şi interne de aceeaşi putere.

De exemplu: reacționarea oamenilor la observații critice, amenințări, zgomote puternice şi neaşteptate.

3. ***Activismul*** – se manifestă prin energia, cu care omul acționează asupra lumii înconjurătoare, înfruntând şi învingând obstacolele şi greutățile, ce se află în calea realizării scopurilor, sarcinilor propuse.

La această însuşire se referă consecvența, concentrarea atenției, gândirea logică asupra sarcinii propuse.

4. ***Tempoul (ritmul) reacției*** – se apreciază după viteza decurgerii reacțiilor şi proceselor psihice, viteza mişcărilor, tempoul vorbirii, viteza memorării, rapiditatea gândirii, ingeniozitatea şi viteza îndeplinirii acțiunilor şi activităților.

5. ***Plasticitatea*** şi ***rigiditatea*** – se judecă după faptul cât de uşor se acomodează omul la influențele exterioare, la condițiile schimbătoare ale circumstanțelor – aceasta este caracteristic pentru plasticitate.

Rigiditatea este o însuşire opusă plasticității, omul, dimpotrivă, nu poate să se adapteze uşor, comportarea lui este inertă, la fel şi deprinderile, sentimentele sunt inerte.

6. ***Extraversiunea*** şi ***intraversiunea*** – sunt însuşiri, care relevă faptul de ce depinde în mod predominant activitatea şi reacțiile omului: de impresiile exterioare, apărute la momentul dat (extraversiunea) sau de imaginile, reprezentările, gândurile, legate de prezent şi viitor (introversiunea).

7. ***Excitabilitatea emotivă*** – denotă faptul că o excitație slabă e în stare să trezească o reacție emotivă expresivă, precum şi viteza apariției acestei reacții emotive, pozitive.

Toate aceste însuşiri fundamentale determină caracteristica de bază a tipurilor de temperament. Însuşirile temperamentului sunt corelate între ele, formând o structură, ce caracterizează tipul temperamentului.

2.3. Portrete temperamentale. Caracteristica psihologică

Din punct de vedere al lui Pavlov, temperamentul este caracteristica cea mai generală a conduitei omului, care exprimă însuşirile activității lui nervoase superioare. Temperamentele sub

formă pură se întâlnesc relativ rar în viaţă. Caracteristica integrală a temperamentului, cât şi însuşirile lui depinde de tipul de sistem nervos.

Pentru prima dată caracteristica psihologică a temperamentelor a fost schiţată de Immanuel Kant, care identifica temperamentul cu caracterul. Vom descrie în continuare fiecare tip de temperament:

Sanguinicul – corespunde tipului de sistem nervos puternic, echilibrat şi mobil. Oamenii cu temperamentul sanguinic sunt activi, vioi, mobili, reacţionează repede la situaţii noi: posedă o mare capacitate de muncă; sunt rezistenţi la împrejurările dificile; sunt sociabili şi comunicabili; stările emotive sunt des exteriorizate; trece uşor de la o activitate la alta; manifestă activitate ritmică, echilibrată în mişcări şi vorbire; este înclinat spre trăiri afective predilect stenice, leagă uşor prietenii, dar tot uşor şi se desprinde de oamenii, care nu sunt convenabili sub aspect moral.

În activitate şi comportare manifestă reactivitate sporită, mişcări expresive, sensibilitate redusă, spirit activ, mobilitate mare, plasticitate şi extroversiune.

La subiecţii cu temperamentul sanguinic se observă o concentrare puternică a atenţiei. I.P. Pavlov a menţionat că sanguinicul este un activist productiv, numai în cazul când desfăşoară o muncă interesantă, dar în cazul contrar el începe să se plictisească.

Sanguinicul îşi însuşeşte repede limbajul, are un vocabular bogat, vocea este puternică, rapidă, clară, curgătoare, echilibrată, cu accente şi intonaţii corecte, însoţită de o mimică şi pantomimică expresivă, sunt perseverenţi, uşor suportă insuccesele.

Este temperamentul bunei dispoziţii, al adaptabilităţii promte şi economicoase. De obicei e vesel şi plin de viaţă.

Colericul – corespunde cu tipul de sistem nervos puternic, neechilibrat şi mobil. Colericul este un om vioi, impetuos, agitat, inegal, impulsiv, nestăpânit, capabil de iniţiative. Se distinge printr-o mare capacitate de muncă şi rezistenţă la oboseală. Pentru că dispun de multă energie nervoasă, colericii acţionează puternic, dar neeconomic, făcând mare risipă de energie.

Efectuează activităţile în asalt, în interval minim de timp. În plan motric, colericul se caracterizează prin permanent neastâmpăr, prin caracterul neregulat, abrupt al mişcărilor.

Colericii sunt oameni mereu neliniştiţi, agitaţi, alarmanţi, nerăbdători, irascibili, impulsivi, combativi, agresivi. Vorbirea este explozivă, rapidă, inegală, cu intonaţii oscilante.

Capacitatea lor de muncă este mare, uşor înfruntă greutăţile pentru a-şi atinge scopul şi sunt „nereţinuţi în stări negative, în comportare, comunicare". Oamenii colerici manifestă extroversiune şi reacţii de orientare rapidă.

Colericii îşi formează rapid deprinderile profesionale, adresează multe întrebări la problema, care-i interesează. În activitatea nouă acţionează repede la schimbarea situaţiei, comit greşeli din cauza caracterului impulsiv al acţiunilor.

Sunt predispuşi la furie, violenţă, dar şi la afecţiuni neobişnuite. Extrovertiţi, foarte comunicativi, sunt orientaţi spre prezent şi viitor.

Flegmaticul corespunde tipului de sistem nervos puternic, echilibrat şi inert. Oamenii de acest tip nervos sunt calmi, liniştiţi, înceţi, rapizi în acţiune.

La flegmatici predomină rigiditatea, sensibilitatea e mică, emotivitate slabă, mişcări neexpresive, tempoul lent al mişcărilor, introversiune. Acţiunile, mişcările, vorbirea, gesturile, mimica sunt calculate, gândite şi stăpânite.

În activitate şi în conduită este disciplinat şi ordonat. Reactivitatea emoţională este moderată, desfăşurarea emoţiilor este lentă, sentimentele sunt însă foarte profunde şi stabile. În acest sens leagă greu prietenii, dar odată închegate, acestea devin foarte statornice. Vorbirea este lentă, egală, fără emoţii vii exprimate, fără gesticulaţii şi mimică. Din cauza inerţiei proceselor nervoase asemenea oameni nu iubesc să-şi schimbe locul său de serviciu, locul de trai. Flegmaticii nu irosesc în zadar forţele sale, ci se adaptează foarte greu la situaţii noi, nu doresc să consume în zadar forţele, au nevoie de "imbold" în muncă, cu greu trec de la o activitate la alta şi exprimă o stare liniştită, calmă chiar în situaţii critice.

Despre flegmatic, I.P. Pavlov scria: *„Este muncitor, perseverent, insistent, liniştit şi întotdeauna echilibrat"*.

Flegmaticul nu se grăbeşte în lucru, autocontrolează şi autoanalizează rezultatele lucrului său. De obicei sunt închişi în sine, puțin comunicativi şi orientați mai mult spre trecut.

Melancolicul corespunde tipului de sistem nervos slab. Asemenea oameni posedă o energie nervoasă redusă. Melancolicii sunt *nehotărâți, retraşi, timizi, emoționali, sensibili, imaginativi.* Melancolicii manifestă neîncredere în vorbire, obosesc repede, distribuirea atenției e scăzută, dar în condiții bune şi favorabile de lucru şi activitate atenția se măreşte.

În situații noi adesea se închid în sine, devin timizi, dar în condiții obişnuite melancolicii sunt sociabili. Flexibilitatea atenției şi reacția de orientare la stimulenți noi se manifestă încet.

Melancolicul este puțin rezistent, nervos, prezintă, în linii generale, o scăzută rezistență la efort, mai ales la eforturile intelectuale. Are nevoie de multe repetiții pentru înțelegerea şi fixarea materialului învățat. Melancolicul este sensibil, analitic, orientat spre interiorizare, romantism, sentimentalism, spre preocupări artistice.

Viața afectivă este slab exteriorizată, mimica inexpresivă. Vocabularul este sărac, vocea monotonă, propozițiile sunt scurte şi cu o construcție gramaticală simplă. Volumul atenției este redus, capacitatea de concentrare este scăzută. Retrăirile melancolicului sunt profunde, stabile şi în unele cazuri au un caracter astenic.

I.P. Pavlov a menționat că „melancolicul nu crede în nimic, nu are speranță în nimic, în toate vede şi aşteaptă numai rău şi pericol".

Se mai semnalizează şi dificultăți în adaptarea socială, aceasta şi datorită unor exagerate exigențe față de sine şi a redusei încrederi în forțele proprii.

Sunt predispuşi spre dispoziții statornice şi îndelungate, însă sentimentele lor sunt puțin exteriorizate, nu sunt scoase în vileag. Melancolicul e predispus spre izolare, evită comunicarea cu oamenii puțin cunoscuți, deseori se sfieşte, manifestând incomoditate în situații noi, e retras, ocoleşte munca în grup.

Încercând o corelare între cele patru temperamente şi modalități de relaționare cu lumea, propuse de C.G. Jung, M. Eysenck, constată că pe când colericul şi sanguinicul sunt **extravertiți,** flegmaticul şi melancolicul sunt **introvertiți.**

V. Merlin a demonstrat însă că orientarea comunicațională a persoanei spre lume sau spre sine este dependentă nu numai de unele predispoziții, ci şi de împrejurările de viață, existând suficiente cazuri, care contrazic corelațiile lui Eysenck.

Analiza psihologică a temperamentelor evidențiază bivalența trăsăturilor acestora, nici un temperament nu poate fi considerat ca privelegiat pentru că, din punct de vedere al adaptării la cerințele vieții; fiecare are felul său atât manifestări avantajoase, cât şi dezavantajoase. Pe de altă parte, modalitățile de manifestare ale celor doi poli depind afectiv şi de celelalte trăsături ale personalității: motivație, interese, aptitudini, caracter, de starea internă sau de anumite particularități ale mediului exterior, în care se găseşte omul.

Acum vom prezenta într-o formă succintă, care sunt trăsăturile pozitive şi cele negative ale fiecărui temperament.

Tipul sangvinic

Trăsăturile pozitive**:** optimism, sociabilitate, curaj, veselie, buna dispoziție, reactivitate accentuată, caracter deschis, impresionabilitate, sensibilitate, adaptabilitate, amabilitate, rapiditatea acțiunilor, capacitate de a se angaja uşor în activitate, bogăția expresiei, capacitate de a se decide, activism, energie etc.

Aspecte negative: atitudini uşuratice, lipsa de probleme, mulțumire de sine, slăbiciunea şi instabilitatea sentimentelor, plenitudinea trăirilor, fluctuația şi inegalitatea trăirilor, influențabilitate, uşor de deviat de la o hotărâre, nestatornicie, expresivitate exagerată, superficialitate, lipsa de concentrare, lipsa de aprofundare, neponderat, vorbăreț, guraliv.

Tipul melancolic

Aspecte pozitive: seriozitate, simțul datoriei şi al responsabilității. Procese afective intense şi durabile, profunzimea sentimentelor, sensibilitate, interiorizare, dependența, supunere, autenticitate, sârguința, perseverența, conştiinciozitate etc.

Aspecte negative: neîncredere, pesimism, nesociabil, predispoziție pentru anxietate, înclinare de a fi retras, nesiguranța, tristețe, sentimentul inferiorității, adaptabilitate şi mobilitate mai redusă, reactivitate mai slabă.

Tipul coleric

Aspecte pozitive: reactivitate accentuată, procese afective intense, bogăția şi intensitatea reacțiilor, plăcerea de a depune rezistență, de a înfrunta greutăți, trăsături volitive accentuate, înclinație de a fi pasionat.

Aspecte negative: excitabilitate, iritabilitate, agresivitate, nemulțumire, furie, indirijare, inegalitatea trăirilor, înclinația de a fi partinitor, nerăbdător, tendința de dominare, încăpățânare, tendința de a se opune.

Tipul flegmatic

Aspecte pozitive: echilibrare, tendința de a fi mulțumit, calm, prietenos, sânge rece, buna dispoziție, toleranță, răbdare, a fi de încredere, perseverența, trăsături volitive accentuate, ataşament, înclinație de a fi cugetat.

Aspecte negative: reactivitate redusă, procese afective mai slabe şi mai sărăcăcioase, adaptabilitate mai scăzută la situații variabile, înclinație de a fi calculat (uneori peste măsură), fără pasiuni, monotonie, tendința de steriotipizare, pendanterie, comoditate etc.

Conform manualului „Introducere în psihologia contemporană" de I. Radu şi al manualului „Psihologia generală" după A. Roşca am sistematizat o caracteristică de analiză a comportamentului, unele caracteristici ale temperamentelor şi ale forței proceselor nervoase.

Tema 3. CARACTERUL

3.1. Caracterul – latura relațional-valorică a personalității

Cuvântul „caracter" este de uz general. Utilizăm acest cuvânt în primul rând, când vrem să apreciem comportarea omului, care exprimă personalitatea omului, atitudinea lui față de lume.

Oamenii au atitudini diferite față de lumea înconjurătoare, față de alți oameni, de muncă şi față de sine însăşi. Această atitudine se exprimă în comportare, în faptele omului. Dacă atitudinile față de realitate, formele de comportare ale unei persoane nu sunt întâmplătoare, ci sunt stabile şi permanente, înseamnă că ele au devenit proprietățile personalității ei.

Cuvântul **„caracter"** e de origine greacă şi în traducere înseamnă *tipar, amprentă, pecete, semn,* iar cu aplicare la om semnifică fizionomia (înfățişarea) individului dat, nu atât sub raportul chipului său fizic, cât sub cel al structurilor sale psihice, spirituale, pe care le deducem din *modelul* său propriu de a se comporta în activitate şi relații sociale.

Deci, **caracterul** este o fizionomie spirituală, prin care subiectul se prezintă ca individualitate irepetabilă şi prin care se deosebeşte de alții, aşa cum se deosebeşte prin înfățişarea sa fizică.

Cuvântul „caracteristică" a fost utilizat pentru prima dată de către filosoful grec *Teofrast* (sec. IV–III î.Hr.) în descrierea particularităților individuale ale omului. Caracterele lui însă includeau doar descoperirea tipului moral al omului.

În biologie termenul „caracter" este folosit în sens de însuşire sau trăsătură diferențiatoare sau asemănătoare, ereditară sau dobândită, care permite descrierea şi clasificarea indivizilor. Culoarea pielii, culoarea ochilor, talia , conformația fizică etc. sunt considerate caractere.

În psihologie, se întâlnesc două curente: unul, care include în sfera noțiunii de caracter atât *însuşirile genotipe* determinate biologic, cât şi pe cele *fenotipice*, dobândite sub influența mediului natural şi social.

Într-o primă aproximare, caracterul reprezintă o dimensiune (structură) esențială, care, pe de o parte, definește orice personalitate individuală în contextul relațiilor sociale, iar, pe de altă parte, diferențiază mai mult sau mai puțin semnificativ personalitățile individuale între ele.

În definirea caracterului, se impune operarea cu o accepțiune lărgită și una restrânsă.

În accepțiunea extinsă, caracterul exprimă schema logică de organizare a profilului psiho-social al personalității, considerat din perspectiva unor norme și criterii valorice. În acest caz, el include:

a) concepția generală despre lume și viață a subiectului;
b) sfera convingerilor și sentimentelor socio-morale;
c) conținutul și scopurile activităților;
d) conținutul aspirațiilor și idealurilor.

Toate aceste „elemente" sunt corelate și integrate într-o structură funcțională unitară, prin intermediul unui mecanism de selecție, apreciere și valorizare.

Luată în sens restrâns, noțiunea de caracter desemnează un ansamblu închegat de atitudini, care determină un mod relativ stabil de orientare și raportare a omului la ceilalți semeni, la societate în ansamblu și la sine însuși.

Spre deosebire de temperament, care se implică și se manifestă în orice situație – naturală sau socială – caracterul se implică și se manifestă numai în situațiile sociale. Astfel, putem spune că el se structurează numai în interacțiunea individului cu mediul socio-cultural, ca mecanism specific de relaționare și adaptare la particularitățile și exigențele acestui mediu.

Din punct de vedere psihologic, orice individ cât de cât normal, născut și crescut într-un mediu social, în comunicare și interacțiune cu alți semeni – cu membrii familiei, cu colegii de școală, cu dascălii, cu cercul de prieteni etc. – își structurează pe baza unor complexe transformări în plan cognitiv, afectiv, motivațional, un anumit mod de raportare și reacție la situațiile sociale, deci un anumit **profil caracterial**. Este cu totul altceva, acum dacă acest profil va fi etichetat ca *„bun"* sau *„rău"*, ca *„pozitiv"* sau *„negativ"*.

În sistemul de personalitate, caracterul reprezintă latura relațională și valorică, este în principal un ansamblu de *atitudini-valori*. Deci caracterul se definește prin valorile, după care subiectul se călăuzește, prin raporturile, pe care le întreține cu lumea și cu propria ființă.

Un rol important le revine *modelelor culturale* de comportament, pe care se constituie un fond de deprinderi socio-morale, și totodată *tabelele de valori*, pe care le impune și cultivă colectivitatea.

Rezultă, așadar, că modalitatea cea mai eficientă de cunoaștere și evaluare a caracterului o reprezintă analiza actelor de conduită în situații sociale înalt semnificative pentru individ.

În sens psihologic, **caracterul** înseamnă particularitate specifică, prin care o persoană se deosebește de alta, semn caracteristic al unei individualități, care-i determinată modul de manifestare sau conduită, stilul de reacție față de evenimentele trăite.

Prin caracter se subînțelege totalitatea celor mai esențiale trăsături psihice individuale, manifestate prin modalități specifice de comportare în împrejurări tipice de activitate și care sunt determinate de atitudinea personalității față de aceste circumstanțe.

3.2. Mecanismele fiziologice ale caracterului

Esența fiziologică a caracterului a fost elucidată pe bază științifică prin învățătura lui I.P. Pavlov despre activitatea nervoasă superioară, în care s-a pus problema studierii integrale a organismului în interacțiunea sa cu mediul extern. Sistemul nervos și în special scoarța cerebrală asigură legătura organismului cu lumea reală, care constituie substratul material al tuturor însușirilor individuale ale omului. Emisferele mari se consideră organul funcțional al atitudinilor compuse ale omului față de mediul social.

Din punctul de vedere *fiziologic,* caracterul reprezintă un sistem complex de legături *reflex-condiționate,* ce s-au format și stabilizat pe parcursul dezvoltării individuale, sub influența învățării și educării. Dar formarea acestor legături este influențată într-o anumită măsură și de

particularităţile individual-tipologice ale activităţii nervoase superioare (genotipul) cu transformările şi acumulările dobândite ca efect al interacţiunii individului cu mediul socio-cultural.

Pe plan fiziologic, sistemele de legături temporare dobândite stau la baza formelor stabilizate (obişnuite) de comportare a omului şi ele joacă un rol deosebit de important în acel *„aliaj”*, pe care îl reprezintă caracterul. Această problemă impune examinarea relaţiei dintre aspectele *conţinut* şi *formă* în caracterul uman.

Conţinutul caracterului îl constituie întreaga experienţă de viaţă a omului. Din punct de vedere fiziologic, acest conţinut reprezintă întregul sistem de legături temporare, iar din punct de vedere psihologic – orientarea personalităţii, atitudinile dominante, trebuinţele sentimentele, convingerile, interesele etc.

Aspectul de *formă* a caracterului rezidă, pe de o parte, în particularităţile tipologice ale activităţii corticale, care conferă trăsăturilor caracteriale o anumită dinamică proprie, iar pe de altă parte în calităţile volitive dobândite, prin care este asigurată reglarea conştientă a faptelor de conduită.

Cele 2 aspecte:

– *conţinutul* (ceea ce face omul);

– *forma* (cum face), se află într-o strânsă unitate dialectică.

Deci persoana se caracterizează nu numai prin ceea ce face, ci şi prin felul cum o face.

Sub aspectul *echilibrului* şi *mobilităţii* proceselor nervoase fundamentale, tipul exercită o influenţă variabilă asupra formării sistemului de legături temporare, asupra relaţiilor complexe ale individului cu mediul social.

Prin învăţătura sa despre *reflexele condiţionate,* I.P. Pavlov a demonstrat „secretul” activităţii nervoase superioare, ce asigură echilibrul organismului cu ambianţa.

Remarcabilul fiziolog a menţionat că modul de comportare a omului depinde nu numai de proprietăţile înnăscute ale sistemului nervos, ci şi de influenţele externe. Se ştie că scoarţa cerebrală e solicitată de o mulţime de stimulenţi externi şi interni, ce provoacă în ea diverse focare de excitaţie, care se unesc între ele, formând sisteme de legături temporare, ***stereotipuri dinamice funcţionale – baza fiziologică*** a atitudinilor organismului faţă de realitate, deci a ***caracterului.***

Stereotipul dinamic se caracterizează prin stabilitate şi variabilitate, care se exprimă şi în dinamica caracterului.

Stabilitatea lui permite să ne păstrăm legăturile temporare formate, tipice de comportare, pe când *variabilitatea* stereotipului deschide posibilităţi nemărginite pentru dezvoltarea şi educarea caracterului personalităţii.

Restructurarea stereotipului dinamic depinde de condiţiile vieţii, de însuşirile individuale ale tipului de activitate nervoasă superioară şi, în sfârşit, de starea psihică, funcţională a organismului.

Tipul de sistem nervos exercită influenţă asupra caracterului în două aspecte:

1) accelerează sau frânează formarea trăsăturilor de caracter;

2) determină mijloacele de acţiune, ce exprimă atitudini formate ale omului, consolidate în anumite condiţii sociale.

În fine, caracterul şi trăsăturile lui componente nu pot fi explicate fără a lua în considerare funcţiile de generalizare şi abstractizare ale celui de-al doilea sistem de semnalizare.

Cu ajutorul semnalelor verbale, omul îşi însuşeşte normele de conduită şi îşi autoreglează activitatea voluntară în conformitate cu împrejurările vieţii. Concepţia despre lume şi viaţă, atitudinile, convingerile, aspiraţiile şi idealurile omului, ca aspect de conţinut ale caracterului uman, nu sunt de conceput fără generalizarea prin cuvânt a experienţei individuale şi sociale. Toate relaţiile stabile ale individului cu alţi oameni, cu activitate se fixează în sisteme complexe de legături temporare la nivelul celui de-al II sistem de semnalizare şi devin atitudini, aspiraţii, idealuri, conferind un înalt înţeles existenţei omului.

Totodată, prin legăturile generalizate ale celui de-al doilea sistem de semnalizare, conduita omului dobândeşte un caracter programat, anticipat, electiv şi de perspectivă; de asemenea se conştientizează şi se asimilează relaţiile omului cu grupul de muncă şi cu propria persoană.

3.3. Structura caracterului şi complexul însuşirilor lui

Caracterul trebuie considerat rezultatul unui şir de integrări a funcţiilor şi proceselor psihice particulare din perspectiva relaţionării omului cu semenii şi adaptării sale la mediul socio-cultural, în care trăieşte. În diferitele perioade ale evoluţiei ontogenetice, integrările respective angajează în măsură diferită **afectivitatea, motivaţia, cogniţia** şi **voinţa**.

Putem afirma că în structura caracterului se regăsesc „elemente" de ordin:

- afectiv (emoţii şi sentimente);
- motivaţional (interese, trebuinţe, idealuri);
- cognitiv (reprezentări, concepte, judecăţi);
- volitiv (însuşiri, trăsături), care ţin de existenţa socială a individului şi mediază raporturile lui cu ceilalţi semeni şi cu societatea în ansamblu.

Ponderea celor patru tipuri de componente în structura caracterului este diferită la diferiţi indivizi.

Structura caracterului reprezintă o totalitate de particularităţi umane, ce se găsesc în diferite raporturi una faţă de alta.

Prin definiţie, structura presupune o anumită *stabilitate şi durabilitate*. Şi într-adevăr, în măsura, în care reuşim să-l cunoaştem, putem să prevedem modul, în care se va comporta o persoană în diferite situaţii sociale.

Mediind şi reglând raporturile persoanei cu cei din jur şi cu situaţiile sociale, puternic variabile, structura caracterială trebuie să posede şi un anumit coeficient de flexibilitate, care să-i permită „perfecţionarea", „corelaţia", „reorganizarea".

În principiu, caracterul este *modelabil* pe toată durata vieţii individului, dintr-unul iniţial negativ, poate deveni unul pozitiv (dacă situaţiile şi experienţele sunt suficient de semnificative).

În plan **social,** se apreciază atât *stabilitatea / constanţa caracterului*, cât şi *flexibilitatea, maleabilitatea* lui în funcţie de criteriile şi etaloanele valorice, care se aplică unei situaţii sau alteia, unui context relaţional sau altuia.

Din cele menţionate se poate constata că, spre deosebire de temperament, caracterul reflectă şi ne trimite întotdeauna la latura de conţinut, de esenţă a personalităţii ca subiect social şi ne impune valorizarea etică a comportamentului.

Din punct de vedere funcţional, structura caracterială include două „blocuri":

a) *blocul de comandă,* în care intră scopurile mari ale activităţii, drumul de viaţă ales, valorile alese şi recunoscute de individ, şi

b) *blocul de execuţie,* care cuprinde mecanismele voluntare de pregătire, conectate şi reglare a conduitei în situaţia concretă dată (Levitov, 1962; I. Radu, 1991; M. Golu, 1993; M. Zlate, 1999).

În cadrul blocului *de comandă*, trebuie să admitem existenţa următoarelor elemente esenţiale:

a) o structură cognitivă de receptare, filtrare, identificare şi evaluare a situaţiilor sociale;

b) o structură motivaţională de testare, prin care se stabileşte concordanţa sau discordanţa dintre valenţele situaţiei şi starea de necesitate actuală sau de perspectivă a subiectului;

c) o structură afectivă, care generează trăirea pozitivă sau negativă a modelului „cognitiv" şi „motivaţional" al situaţiei şi, potrivit acesteia, „starea de set" faţă de situaţie.

Toate aceste elemente, strâns interdependente, formează *latura internă (invizibilă) a caracterului.* Ea este absolut necesară, dar insuficientă pentru realizarea caracterului, dar insuficientă pentru realizarea caracterului în *act*, pentru atingerea unui efect adaptativ concret în diferite situaţii sociale.

În mod obiectiv, activitatea blocului de comandă se impune a fi corelată cu activitatea blocului de execuţie. Din punct de vedere psihologic, acest bloc include:

a) *operatori de conectare,* care primesc şi proiectează „starea de set" pe „repertoriul comportamental";

b) *operatori de activare,* care realizează stabilirea atitudinii faţă de situaţie;

c) *operatori de declanşare,* care actualizează şi pun în funcţiune aparatele de răspuns (verbale şi morale);

d) *operatorii conexiunii inverse*, care extrag şi retransmit blocului de comandă informaţia despre efectele comportamentului sau acţiunii.

Structura internă, profundă a caracterului şi conduita manifestă, alcătuiesc *subsistemul atitudinal.*

Atitudinea este poziţia internă adoptată de o persoană faţă de situaţia socială, în care este pusă. Ea constituie prin organizarea selectivă, relativ durabilă, a unor componente psihice diferite – *cognitive, motivaţionale afective* – şi determină modul, în care va răspunde şi acţiona o persoană într-o situaţie sau alta.

După T.M. Newcomb, de pildă, atitudinea reflectă fidel forma în care experienţa anterioară este acumulată, conservată şi organizată la individ, când acesta abordează o situaţie nouă. Atitudinea ne apare ca verigă de legătură între starea psihologică internă dominantă a unei persoane şi mulţimea situaţiilor, la care se raportează în contextul vieţii sociale.

Acum vom descrie cele mai esenţiale *însuşiri sintetice ale caracterului:*

- **unitatea** caracterului înseamnă a nu modifica în mod esenţial conduita de la o etapă la alta din motive de circumstanţe, contrare principiilor declarate;
- **expresivitatea** caracterului se referă la dezvoltarea precumpănitoare a uneia sau a câtorva trăsături, care dau o notă specifică întregului. Caracterele expresive sunt cele clar definite, uşor de relevat şi dominate în raport cu situaţia în care se află;
- **originalitatea** caracterului presupune autenticitatea în însuşirea şi realizarea anumitor valori, coerenţa lăutrică a acestora, forţa lor morală, gradul lor diferit de dezvoltare şi îmbinare la fiecare individ, cu alte cuvinte, nota distinctivă a persoanei în raport cu alte persoane;
- **bogăţia** caracterului rezultă din multitudinea relaţiilor, pe care persoana le stabileşte cu viaţa socială, cu munca, cu semenii. Cei, care au preocupări şi relaţii înguste, rămân indiferenţi în raport cu o serie de fapte şi evenimente, nu se angajează, nu participă, rămân izolaţi etc;
- **statornicia** caracterului se realizează dacă atitudinile şi trăsăturile caracteriale au o semnificaţie de o mare valoare morală, aceasta fundamentând constanta manifestare în comportament;
- **plasticitatea** caracterului apare ca o condiţie a restructurării unor elemente ale caracterului în raport cu noile cerinţe impuse de necesitatea slujirii aceloraşi principii. Se asigură, astfel, evoluţia caracterului şi, totodată, autoreglajul eficient în funcţie de diverse împrejurări;
- **tăria de caracter** se exprimă în rezistenţa la acţiuni şi influenţe contrare scopurilor fundamentale, convigerilor, sentimentelor de mare valoare morală etc., pe care persoana le-a transformat în linii de orientare fundamentală şi de perspectivă. Datorită forţei caracteriale, omul atinge nivelul suprem al eroismului.

Însuşirile principale ale caracterului indicat, se află într-o corelare, uneori contradictorie.

Structura caracterului, modul de comportare al personalităţii depind nu doar de adevăratele influenţe ale vieţii din prezent, de condiţiile de activitate, ci şi de influenţele din trecut, de întreaga istorie a vieţii, ce condiţionează caracterul omului.

Însuşirile caracteriale reprezintă o poziţie a subiectului faţă de cele din jur, un mod de a se raporta la evenimentele existenţei sale în lume. A cunoaşte pe cineva, înseamnă a-i determina trăsăturile caracteriale, despre care vom vorbi în continuare.

3.4. Formarea trăsăturilor de caracter

Cuvântul **„trăsătură"** semnifică o componentă sau un detaliu al portretului sau fizionomiei.

Trăsătura caracterială poate fi definită drept *structură psihică internă*, care conferă constanța modului de comportare a unui individ în situații sociale semnificative pentru el (spre deosebire de trăsătura temperamentală, care determină parametrii dinamico-energetici ai comportamentului în orice fel de situații).

Identificabile în desfăşurarea comportamentelor sociale, trăsăturile caracteriale se evaluează numai printr-o operație de comparație a unei persoane cu altele.

Trăsăturile caracteriale, asemenea celor temperamentale, au o dinamică polară, ele formând, de regulă, *perechi antagonice* (ex.: *egoist – altruist, avar – cheltuitor, respectuos – nepoliticos, muncitor – leneş, curajos – laş etc.*). Este important de subliniat faptul că la fiecare persoană se întâlneşte întreaga gamă de perechi, dar cu grade diferite de dezvoltare a fiecărei trăsături.

Astfel, în evoluția sa, profilul caracterial va integra trăsături, care tind preponderent spre polul pozitiv sau preponderent spre cel negativ, luând aspectul unei balanțe cu 2 talere.

Modelul balanței prezintă, după M. Zlate (1999), o întreită importanță:

a) „indică şi explică mecanismul psihologic al formării caracterului, forța motrică a dezvoltării acestuia, care constă în principal în opoziția dintre contrarii, în ciocnirea şi lupta lor";

b) „sugerează interpretarea caracterului nu doar ca formându-se (din afară), nu doar ca rezultat automat şi exclusiv al determinărilor sociale, ci şi ca autoformându-se (din interior) cu participarea activă a individului."

c) „conduce spre stabilirea unei tipologii caracteriale".

G.W. Allport (1981) împarte trăsăturile de personalitate în:

– ***comune,*** care îi apropie pe oameni şi după care pot fi găsite comparații intermediare;

– ***individuale,*** care diferențiază o persoană de alta.

Trăsăturile individuale sunt la rândul lor:

– ***cardinale,*** dominante, cu semnificație majoră pentru individ, punându-şi amprenta pe fiecare act de conduită;

– ***centrale,*** numeric mai multe, care controlează o gamă întinsă de situații obişnuite, cotidiene;

– ***secundare,*** periferice, mai puțin active, exprimând aspecte mai puțin esențiale ale activității şi conduitei individului.

Trăsăturile ca atare se formează şi se individualizează pe fondul interacțiunii conținuturilor proprii diferitelor procese psihice – cognitive, afective, motivaționale şi volitiv-valorizate de subiect şi implicate în determinarea atitudinii lui față de „obiectele sociale".

Trăsături de natură:

- *cognitivă* (reflexivitatea, obiectivitatea, spiritul critic);
- *afectivă* (timiditatea, sentimentalismul);
- *motivațională* (lăcomia, avariția);
- *intersubiectivă* (solicitudinea, spiritul de cooperare, spiritul de ajutorare, altruismul şi opusele lor);
- *morală* (bunătatea, cinstea, corectitudinea, demnitatea, modestia);
- *volițională* (curajul, independența, perseverența, fermitatea, hotărârea, consecvența, autocontrolul).

Lista trăsăturilor este în realitate mai lungă, apreciindu-se că numărul lor depăşeşte cu mult zece mii. În continuare se explică faptul cum se formează trăsăturile de caracter, de ce nu există doi oameni cu caractere absolut identice?

Caracterul este o particularitate sau însuşire a personalității umane, care nu este înnăscută, ci dobândită în cursul vieții, pe baza experiențelor sociale.

Nimeni nu se naşte harnic, sociabil, perseverent, modest etc., ci toate aceste trăsături se formează în cadrul relațiilor sociale, în activitatea, pe care omul o desfăşoară în cadrul grupului social, ținând seama de normele de conviețuire stabilite de acesta.

De aceea trăsăturile de caracter sunt supuse evoluției, având un conținut mai sărac la vârstele mai mici şi mai bogat pe măsură ce omul înaintează în vârstă, iar experiența sa dobândeşte dimensiuni mai ample.

La vârsta preşcolară se formează primele reprezentări, noţiuni, sentimente şi obişnuinţe de comportare civilizată, fapt care reprezintă premisele psihologice ale formării ulterioare a trăsăturilor de caracter.

În acest mod, se pun bazele unor trăsături incipiente de caracter: disciplina, prietenia, cinstea, spiritul de ajutor reciproc.

Vârsta *şcolară mică* este perioada, în care începe structurarea caracterului, organizarea şi conturarea următoarelor trăsături de caracter: **dragostea faţă de muncă, umanismul, sociabilitatea, punctualitatea, perseverenţa, modestia.**

În *preadolescenţă,* caracterul este în plin proces de dezvoltare. Preadolescentul manifestă mult spirit de iniţiativă, nu lucrează la întâmplare, ci încep să-şi propună scopuri precise, concrete.

În *adolescenţă* trăsăturile de caracter ajung la o stabilitate şi o constanţă mai mare, deoarece tânărul a dobândit o experienţă de viaţă mai amplă, şi-a însuşit o serie de cunoştinţe, priceperi şi deprinderi, care îi influenţează substanţial conduita, făcând posibilă prevederea cu destulă siguranţă a modului său de comportare în diferitele situaţii create de mediul social.

Printre *trăsăturile voluntare de caracter*, care acum se dezvoltă rapid şi intens, citãm: orientarea spre scop, independenţa, spiritul de hotărâre, perseverenţă.

O mare importanţă în formarea caracterului o au acţiunile şi faptele în situaţiile de conflict, în funcţie de accesibilitatea conflictului psihologic. Cum arată cercetările acestor conflicte, schimbările caracterului în aceste momente sunt foarte adânci şi stabile.

Dar situaţiile critice se repetă pe parcursul întregii vieţi a omului. Noi pierdem prietenii cei mai buni, apropiaţii, suntem obijduiţi pe nedreptate, avem situaţii complicate la facultate, la serviciu etc. În fiecare caz, în funcţie de faptul cum şi la ce fel de faptă se va hotărî omul, rezultă cum se va forma caracterului lui de mai de departe. Noi singuri ne formăm caracterul cu faptele noastre pe parcursul vieţii.

3.5. Tipurile accentuate de caracter

O importanţă deosebită pentru practica medicală o poate avea cunoaşterea celor, pe care Leonhard Karl i-a numit **personalităţi accentuate.**

Printre însuşirile „firii" omeneşti, Leonhard diferenţiază cele, care conduc la simple variaţii ale individualităţii, de cele propriu-zis accentuate, cele, care manifestă tendinţa de a aluneca spre anormal.

Prin **personalităţi anormale** se înţelege acei oameni, care, chiar în lipsa unor împrejurări exterioare nefavorabile, au dificultăţi în adaptarea la cerinţele vieţii.

Fireşte că personalităţile accentuate manifestă un mare interes pentru clinica psihiatrică, variaţii puternice, într-un sens sau altul intrând în domeniul nevrozelor, al psihopatiilor şi chiar al psihozelor. Dar ele au interes tot mai mare pentru clinicianul de orice specialitate, deoarece prezintă dificultăţi în adaptarea la boală, formează obstacole în interacţiunea medic-pacient şi în calea tratamentului, favorizează apariţia unor stări morbide (nu numai psihosomatice, ci şi somatice).

Cercetările efectuate în clinica berlineză a lui Leonhard au demonstrat că cca 50% din populaţie poate fi considerată ca „neieşind din comun", iar cealaltă jumătate ca „accentuată". Deci, Karl Leonhard, psihiatru german, a efectuat emperimente şi a ajuns la concluzia că mulţi oameni posedă accentuări de caracter.

Accentuarea de caracter este o exprimare excesivă a anumitor trăsături de caracter şi a combinaţiilor lor, prezentând variante ale normei, mărginite cu patologiile.

Accentuările de caracter diferă de psihopatii prin faptul că lipseşte manifestarea celor trei simptome proprii psihopatiilor, prezente concomitent:

1) *caracterul stabil în timp;*
2) *manifestarea simptomelor în orice situaţie;*
3) *dezadaptarea situaţiilor.*

Accentuările de caracter pot trece unele în altele sub influența**:**

- *climatului psihologic în familie;*
- *mediului social;*
- *activității de bază a subiectului;*
- *sănătății fizice.*

K. Leonhard deosebeşte următoarele accentuări de caracter:

- *tipul hipertimic;*
- *tipul cicloid;*
- *tipul epileptoid;*
- *tipul isteroid (demonstrativ);*
- *tipul schizoid;*
- *tipul psihoastenic;*
- *tipul paranoic;*
- *tipul senzitiv;*
- *tipul instabil;*
- *tipul conformist;*
- *tipul labil;*
- *tipul astenic.*

Tipul hipertimic caracterizează oamenii egoişti, ambiţioşi, mobili, comunicabili, gălăgioşi.

La aceste persoane predomină dispoziția bună cu tendințe de euforie sau disforie, bunătatea sufletească. Ei sunt optimişti, cu inițiativă, nu duc lucrul până la capăt în cazul emoțiilor, incapacitatea de a se concentra la o anumită activitate, neurotici, merg la risc, sunt brutali şi amabili.

În linii generale, hiperticii nu suportă lucrul migălos, singurătatea, tind spre fapte amorale, neprevăzute. Sunt lideri ai companiilor, dacă nu au prieteni cad în depresie, nu se răzbună, dacă au jignit, nu-şi cer scuze. Poate avea succes, dar prevalează infantilismul, nu-şi pot concentra atenția, întârzie. Dacă are necesitatea de ceva, hipertinicul se linguşeşte, în procesul activității se distrage uşor, are lacune în cunoştințe, nu învață sistematic, dar timp de 1–2 zile poate compensa cunoştințele. E necesar de exclus din activitate monotonia, este nevoie de stimulare. Relațiile sexuale superficiale. Partenerul este un obiect de schimb; activitatea sexuală e considerată drept o distracție. Sunt predispuşi spre alcoolizare.

Se recomandă ca aceste persoane să fie implicate în activități ce necesită multă comunicare: sport, teatru.

Tipul cicloid se deosebeşte prin schimbarea frecventă a dispoziției pe o anumită perioadă de timp (5–7 zile). La etapa dispoziției bune este vesel, cu inițiativă, îndeplinesc uşor activități. La etapa indispoziției devine pasiv, îngândurat, irascibil, indiferent, supărăcios, mohârât.

În linii generale, cicloidul este foarte ataşat de familie, însă deseori se îndepărtează de persoanele apropiate şi sunt inițiatorii conflictelor. Calitățile, ce atrag atenția altor persoane, sunt: seriozitatea, simțul datoriei şi al dreptății.

Activitățile, în care ei ar trebui implicați, necesită condiții, în care nu se schimbă radical situațiile. În relațiile sexuale are probleme, are nevoie de stimulare. Simte nevoia de a fi dirijat, de a „fi ținut în mâini”.

Tipul epileptoid. De mici copii sunt responsabili spre acurateţe deosebită, păstrează îmbrăcămintea, ocroteşte tot ceea ce-i aparține. Prevalează tendința de a păstra ordinea, nu acceptă observațiile altora.

Sunt observatori, agresivi, răutăcioşi, energetici, explozibili, cruzi, păstrează jignirea cu dorința de a se răzbuna. Nu are grijă de părinți, e orientat spre amorul propriu. Nu vor să se supună, se răzbună, dacă sunt ştirbite interesele proprii.

În relațiile cu alte persoane sunt reținuți, îşi fac greu prieteni, dar îi păstrează un timp îndelungat. Se deosebesc prin felul de a-şi pune anumit scop, astfel fiind punctuali, pedanți şi foarte atenți față de propria personalitate.

Pentru a evita conflictele e necesar de a feri aceste persoane să fie conducători, responsabili de activitate. Ele nu se străduie să înțeleagă nenorocirea altora. Sunt foarte exacte şi raționale.

În relații intime sunt reci, cruzi sexuali, agresivi, sadişti, mazohişti, migăloşi, suspicioşi, încordați, geloşi.

În familie tind să fie lideri, să fie stimați, nu recunoaşte greşeala, nu-şi cere scuze. Apropiaților li se cere să fie răbdători, tacticoşi, să nu atragă atenție la acuratețea exagerată.

Tipul isteroid se străduie să fie mereu în centrul atenției. Nu se sfieşte, nu ştie ce este timiditatea, îi place măsurile artistice, în copilărie iubeşte să recite poezii, să cânte, să danseze. Doreşte să se evidențieze din masa de oameni, le place să fie lăudat şi înalt apreciat.

Se caracterizează prin egocentrism, egoism, este orientat spre atingerea scopului, ager, activ, energic, minciunos, demagog, îi place să rişte, activitatea se aseamănă cu jocul de teatru, este orientat spre satisfacerea dorințelor, supraapreciere proprie, mereu în centrul atenției. Are nevoie de mulți prieteni, care-l susțin, are nevoie mereu de sfat. Primeşte satisfacere de la comunicare. Nu suportă să fie demascat, se răzbună pe aceste persoane.

Au succese în viață. Dacă nu li se acordă atenție, reacționează nervos. Calitățile, ce pot provoca conflict: lăudăroşie, capacitatea „de a se îmbolnăvi" în situații responsabile, poate fi un intrigant. Este bine să fie lideri. Viața sexuală o joacă ca un teatru. Pentru a evita conflictul nu trebuie să lezăm amorul propriu, talentul, aptitudinile, care are dorința de a le arăta.

Tipul schizoid se caracterizează prin orientarea spre propriul Eu. Persoanele de acest tip preferă singurătatea, omit jocurile gălăgioase şi activitatea în comun. Îşi aleg prietenii mai în vârste.

La vârsta pubertară se închide în sine, nu vorbeşte cu mama, cu tata; sunt visători. La orice fenomen se străduiesc să dea o lămurire filosofică, cu termeni complicați, calmi, serioşi, vorbesc puțin, au interese şi ocupații stabile. La prima vedere sunt deştepți în activitatea creatoare, au o productivitate sporită de muncă, se străduiesc în atingerea scopului, dar nu este atins, deoarece cunoştințele sunt unilaterale. Complică faptele, obosesc foarte repede, scade energia, sunt reci, nu au emoții profunde.

Dacă e impus să îndeplinească ceva, insuccesul îl duce la tulburări neurotice, uşor se îmbolnăveşte. Sunt neîncrezuți, sunt capabili de a avea sentimente profunde, anticipat față de alt sex, tendința spre anonism, se căsătoresc târziu, relații reci.

Nu suportă tensiunea nervoasă, supraîncordarea. Sfera emoțională este slab dezvoltată. Pot fi traumați, influențați foarte uşor şi obida o țin un timp îndelungat şi devin opsedați de ea. Au un număr mic de prieteni, la care înaintează cerințe exagerate. Ei nu pot stabili relații de prietenie, nu se pot deschide altor persoane, intră uşor în conflicte. Nu sunt buni conducători. Este necesar să-i atragem în discuție, să fie orientați la exprimarea părerilor despre prieteni, relația cu alt sex. Ei trebuie să fie implicați în activități ce presupun un cerc mic de comunicare, joc de şah. E necesar ca subiectul să fie orientat la cercetările ştiințifice.

Tipul psihoastenic încă din copilărie este timid, fricos, suspicios. Apar interese mature în perioada timpurie 6–7 ani. De asemenea evoluează diferite fobii față de oameni necunoscuți, obiecte, frica de a rămâne singur în întuneric, în casă.

Trăsăturile dominante ale acestui tip sunt: neîncredere în forțele proprii, anxietate sporită, stare de ipohondrie (depresie). Se caracterizează prin seriozitate, acuratețe, sunt sârguincioşi, raționali, autocritici, nehotărâți, lipsiți de inițiativă, cu tendința de a pune totul la îndoială. Sunt foarte superstițioşi şi cred în lucruri inventate.

În orice activitate se includ atent şi sunt sârguincioşi. Rezultatele obținute le verifică îndelungat după enciclopedii, dicționare. Preferă lucrul liniştit, curat, monoton. Mereu se îndoiesc, au frică sporită de responsabilitate față de activitate, preferă lucruri migăloase, liniştite. Sunt orientați spre profesia de contabil, croitor, unde e necesar lucru manual.

În relațiile intime sunt retraşi, neîncrezuți în sine, au probleme sexuale. Nu face dedicație de dragoste, nu se poate apropia de persoana iubită. Pentru înlăturarea inferiorității e necesar de organizat psihoterapia cognitiv-comportamentală. Se analizează situațiile, care au avut insucces, se compară şi se evidențiază esențialul să-şi dea singur părerea de cel dezavantaj al neîncrederii, care a condus la insucces.

Tipul paranoic. E sporită orientarea spre un scop chiar din copilărie. Sunt serioşi, anxioşi, îngrijorați, visători.

În cadrul activității sunt energici, individuali, acționează cu siguranță, colaborează cu alte persoane, care au scopuri similare. Dacă este ofensat de cineva, îl înlătură complet din viața personală şi chiar poate să-i pricinuiască ceva rău.

Sunt irascibili, agresivi, supărăcioşi, mai ales când cineva le creează probleme în atingerea scopurilor. Emoțional sunt reci şi nu se pot apropia spiritual de alte persoane.

Sunt conflictuali, puțin comunicabili, nesentimentali. Li se pare că lucrul, care-l fac, e cel mai important, e necesar de a-l orienta spre activitatea, din care va avea profit.

În relațiile cu alte persoane sunt cruzi, se străduiesc să domine, să asuprească. Sunt foarte categorici în concepțiile lor. Prietenia cu sexul opus determină o continuă prelungire a atingerii scopului propus. Sunt brutali, reci, lipsiți de gingăşie. Nu suportă să fie lezat amorul propriu.

Activează mai mult singuri, fiindcă le vine greu să găsească parteneri să lucreze în grup. Sunt înfumurați şi răzbunători. E necesar să organizăm cu ei discuții de suflet, să le formăm convingerea în aceste discuții.

Tipul senzitiv. De mic este fricos, orientat spre lumea internă. Este o fire sfioasă, se teme de singurătate, întuneric, animale, evită locurile gălăgioase. Se ataşează de persoanele, cu care se deprinde.

În copilărie sunt nişte copii casnici. Nu le place să plece în companii, să-şi schimbe colectivul, prietenii.

Sunt timizi, le este propriu sentimentul de inferioritate. Sunt autocritici, se subapreciază, sunt liniştiți, buni la inimă, atenți față de alți oameni, cu sentimentul datoriei; sunt disciplinați, responsabili, cinstiți, cu cerințe sporite față de sine, suspicioşi, închişi în sine, uşor se supără şi retrăiesc adânc insuccesele. Se străduiesc să aibă puțini prieteni, însă se ataşează foarte strâns de ei; sunt gingaşi şi supuşi.

Ca parteneri în dragoste sunt aleşi de alte persoane. Au probleme în dragoste, din motivul timidității şi neîncrederii în sine.

Orice activitate se străduie s-o îndeplinească la nivel superior, ca să nu jignească partenerii de lucru, profesorii. Activitățile lor preferate: arta, medicina, îngrijirea plantelor şi animalelor, educația copiilor.

Au nevoie să fie încurajați. Şcoala pentru ei este o povară. E necesar să-i creăm condiții pentru a obține succes. Nu trebuie incluşi în competiții şi activități responsabile.

Tipul instabil. Din fragedă copilărie este o fire instabilă, are probleme comportamentale, sunt neascultători, hipermobili.

Se caracterizează prin sociabilitate scăzută, sunt buni la inimă, deschişi, serviabili, emoţionali. Se adaptează uşor la condiţii noi de viaţă. Sunt nişte persoane nestatornice; în procesul activităţii pot să uite de scopul final şi să se ocupe de lucruri străine.

Specific este că uşor cad sub influenţă, atenţia este instabilă, se distrag de la lucru. Nu învaţă sistematic, au nevoie de ajutor de la adulţi pentru a-i atrage în micromediul, în care persoanele sunt sârguincioase.

Dacă nu sunt controlaţi, sunt leneşi, evită conflictele, mint pentru a ieşi din situaţii, trăiesc cu ziua de azi, abandonează activităţile, care necesită încordare intelectuală.

Sunt lipsiţi de forţe de voinţă şi au tendinţa de a-şi petrece timpul liber în distracţii şi companii. Se laudă, atribuindu-şi calităţi, pe care nu le au. Sunt fricoşi, făţarnici, iresponsabili.

În relaţiile cu alţi oameni sunt nestatornici, nu pot avea încredere în ei. Relaţiile de prietenie sunt de scurtă durată. Îşi schimbă repede prietenii şi uşor se acomodează cu alţii noi. Relaţiile sexuale prezintă pentru ei o distracţie.

Aceste persoane au un regim foarte strict de activitate, control riguros, în copilărie tutelare strictă. Imită persoanele, care îi susţin, deci dacă are un prieten cu familie trainică şi el va fi aşa.

Tipul conformist acceptă tot ceea ce i se propune. Dacă nimereşte sub influenţă, imediat neagă ce a acceptat anterior şi îşi formează o altă părere.

El nu-şi expune propria părere niciodată, ci acceptă părerea liderului, a autorităţii, a tradiţiei, a majorităţii. Viaţa lui decurge sub deviza „Să fiu ca toţi, să gândesc ca toţi". Este specifică acomodarea la orice mediu sau grup de oameni.

Se caracterizează prin faptul că sunt persoane prietenoase, bune la inimă, blânde, îngăduitoare, sunt buni executori, nu intră în conflict, nu critică pe nimeni. Sunt ascultători, dar lipsiţi de voinţă, au o autocritică scăzută.

Principala slăbiciune este că îşi schimbă uşor părerea, distruge uşor stereotipurile formate şi frecvent evoluează psihozele reactive, psihopatiile.

În comunicare cu alte persoane uşor contactează şi îşi fac prieteni, stimează liderii, îi emit în comportare, pretind la prietenii, însă prietenii nu prezintă mare interes pentru tipul conform. Relaţiile intime nu au importanţă pentru acest tip. Ei au nevoie din partea partenerului de gingăşie şi tutelă paternă.

În procesul activităţii e nevoie de stimulat permanent, de menţionat succesul şi activitatea, pe care o manifestă. De obicei sunt muncitori, inovatori, creatori, dacă sunt sub conducerea unui adult cu autoritate.

Pentru evitarea relaţiilor conflictuale e necesar să atragem această persoană într-o educaţie conformă. Este necesar de a orienta acest tip spre acţiuni, unde ar putea lua decizia de unul singur.

Tipul labil. Din copilărie se caracterizează prin labilitatea (schimbarea) dispoziţiei sub influenţa unui cuvânt, gest sau privire. Dispoziţia lui se poate schimba de câteva ori pe zi. Este bun la inimă, sociabil, sensibil, mărinimos. Se deosebeşte de ceilalţi prin sentimente adânci, relaţii sincere cu cei, care îl iubesc. În caz de dispoziţie rea, este irascibil, nervos, conflictual.

Comunicarea cu alte persoane depinde de dispoziţie. Dacă are dispoziţie bună, atunci comunică cu mare plăcere, povesteşte mai mult despre sine, însă la o observaţie netacticoasă cade în depresie sau chiar stopează prietenia.

Tipul labil este capabil de o prietenie sinceră, devotată. Uşor se ataşează de alte persoane, sentimente adânci după ataşare, relaţii sincere, este cinstit cu persoana, care o iubeşte, indiferent de dispoziţie. La el este dezvoltat simţul compătimirii şi altruismul.

Anxietate sporită, uşor plângăreţi, pentru autoapreciere poate să brutalizeze persoana, care îi face observaţii şi netacticoşii. Cel mai mult retrăieşte pentru trădarea din partea persoanei iubite, în caz de psihotraumă, se dezorientează în viaţă.

Intuiţie bună, uşor se pot modifica la condiţii. Dacă se îndrăgostesc cu adevărat, sunt foarte sinceri. În relaţii cu partenerii sunt capabili să iubească din inimă, cu o durată lungă de timp. Partenerii trebuie să le susţină dispoziţia bună.

Pentru dezvoltarea normală e necesar de înlăturat situaţia, în care labilul are concurenţă, aceste situaţii, care i-ar putea leza amorul propriu. Să nu-l impunem, când n-are dispoziţie, să-i înlăturăm situaţia, care n-are succes ca să nu se descurajeze, să-i acordăm atenţie. Să înlăturăm situaţia, în care prevalează neîncrederea, unde sunt întâmplări neplăcute, situaţii critice, pedeapsa s-o înlăturăm.

Activităţile recomandate acestui tip: artă, sport, profesii de tip om-natură, om-om.

Tipul astenic se caracterizează prin sensibilitate sporită, neurotism. Aceste persoane dorm rău, n-au poftă de mâncare, sunt capricioşi, fricoşi şi plângăreţi.

Sunt sensibili la sunetele puternice, la lumină puternică, este irascibil şi oboseşte uşor. Nu suportă gălăgia, companiile; specific pentru ei prevalează frica de a se îmbolnăvi. În colectiv ei sunt disciplinaţi, liniştiţi, ordonaţi, modeşti, prietenoşi, blânzi, îngăduitori.

În procesul activităţii şi în comunicare cu alte persoane sunt timizi, ruşinoşi, anxioşi, se subapreciază, se adaptează greu la condiţiile noi de viaţă.

În caz de insucces, devin irascibili, manifestă explozii afective, devin apatici, capricioşi, neîncrezuţi în sine. Astenia generală se răsfrânge asupra asteniei psihice, şi, în rezultat aceste persoane au atenţie instabilă, memorie scăzută, nu pot ţine un discurs în faţa auditoriului, nu pot să-şi organizeze ziua de muncă. În relaţiile intime sunt retraşi şi reţinuţi. În discuţii cu alte persoane se înroşesc, se pierd cu firea, nu pot răspunde promt la întrebări, apoi nu uită un timp îndelungat aceste momente şi le retrăiesc profund.

Munca fizică îl oboseşte, îl irită, de aceea e necesar să fie atras în munca manuală: împletit, cusut. Au nevoie de o formă de activitate uşoară, fără multă încordare. Să nu-şi schimbe frecvent activitatea, e necesar să fie încurajat, să dezvolte curajul, încrederea în sine, la orice succes să fie analizat verbal. Să-i acordăm ajutor, atitudine tacticoasă din partea adultului şi să-l supraapreciem.

E necesar să-i planificăm activitatea, să-i prezentăm un exemplu sau model, pentru executarea unui lucru. E recomandabil controlul permanent din partea adultului şi un ajutor tacticos.

Tema 4. APTITUDINILE

4.1. Aptitudinea – latura instrumental-operaţională a personalităţii

Oamenii se deosebesc între ei după posibilităţile lor de acţiune. Ştim cu toţii că aceleaşi acţiuni (practice, intelectuale, artistice, sportive etc.) sunt executate de diverşi indivizi la diferite niveluri calitative, cu o eficienţă mai mare sau mai mică, uneori foarte redusă.

Desigur, toţi oamenii normali pot executa diverse şi numeroase activităţi, depinde însă de ce calitate. Toţi pot să cânte, dar unii sunt deplorabilii, iar alţii trezesc admiraţie şi impresionează. De unde şi calificările fixate în limbă de „apt pentru…", „apt de", prelungire prin termenii de **aptitudine, capacitate**.

Aptitudinea este o însuşire sau un complex de însuşiri psihice şi fizice, care asigură succesul, reuşita într-o activitate sau alta.

Definiţia subliniază aspectul de eficienţă, de randament. Orice însuşire sau proces psihic privit sub unghiul eficienţii devine aptitudine (de exemplu: memoria este aptitudinea de a memora; spiritul de observaţie este aptitudinea de a percepe).

Aptitudinea ne dă măsura gradului de organizare a sistemului personalităţii sub aspect adaptativ-instrumental concret.

Ea ne răspunde la întrebarea: „Ce poate şi ce face efectiv un anumit individ în cadrul activităţii pe care o desfăşoară?" şi se leagă întotdeauna de performanţă şi eficienţă, în dublu său înţeles: cantitativ şi calitativ.

În evaluarea *laturii cantitative a performanţei*, apelăm la indicatorii precum:

- volumul total al sarcinilor rezolvate şi, corespunzător, volumul „produselor finite” obţinute;
- timpul necesar rezolvării unei sarcini individuale;
- timpul necesar obţinerii unui „produs finit”;
- intensitatea efortului depus.

Pentru evaluarea *laturii calitative* ne folosim de următorii indicatori:

- gradul de dificultate şi complexitate a „sarcinii” rezolvate;
- noutatea şi originalitatea „produsului final”;
- valoarea în sine a „produsului final” în domeniul dat;
- procedeul folosit în rezolvarea sarcinii;
- diversitatea modală a sarcinilor accesibile rezolvării.

Cu cât cele 2 laturi ale performanţei iau valori mai sporite, cu atât aptitudinea este mai bine structurată, şi invers.

Aptitudinile constituie latura instrumentală şi operaţională a personalităţii. Orice activitate se efectuează cu ajutorul unor mijloace sau instrumente, mai ales în cazul acţiunilor practice. Una este *un bisturiu în mâna unui om neîndemânatic şi alta în cea a unui chirurg talentat. Tot aşa putem vorbi despre pensula pictorului, condeiul poetului şi ferestrăul tâmplarului. Prin urmare, în joc intră şi mijloace sau instrumente psihomotorii, structuri intelectuale, funcţii şi subprocese psihice.*

Cuvintele au fost considerate drept instrumente spirituale, după cum şi regulile gramaticale şi schemele logice sau funcţiile memoriei şi procedeele imaginaţiei.

Aptitudinile sunt *sisteme operaţionale, superioare dezvoltate*. Prin intermediul unor operatori (operaţii) şi condiţii logice, omul realizează modelul intern (mental) al produsului, ce se propune a fi obţinut.

Aptitudinile nu se reduc la suma cunoştinţelor, priceperilor şi deprinderilor reclamate de o anumită activitate. Poţi să ai deprinderi şi cunoştinţe de muzică, poţi să ai deprinderi şi priceperile necesare pentru a cânta la pian de pildă, şi cu toate acestea să nu ai aptitudini muzicale deosebite. Şi invers, dacă un copil posedă aptitudini muzicale nu rezultă că el va deveni muzician profesionist.

Cunoştinţele, priceperile şi deprinderile, în lipsa aptitudinilor, asigură îndeplinirea activităţilor la un nivel obişnuit, mijlociu. Prezenţa *aptitudinilor,* alături de acestea determină obţinerea unor rezultate superioare în activitatea respectivă.

Rubinştein afirma că: „…. Aptitudinile sunt priceperi, pe de o parte, şi, pe de altă parte, reprezintă o noţiune dinamică, ceea ce presupune că ele se formează şi se dezvoltă şi se manifestă doar în activitate”.

În limbajul curent se folosesc termenii de *aptitudine* şi *capacitate* ca sinonime. Dicţionarul de psihologie face însă o distincţie între *aptitudine,* care rezultă dintr-un potenţial şi se demonstrează prin facilitatea în învăţare şi execuţie, şi *capacitate,* ca o aptitudine împlinită, care s-a consolidat prin deprinderi, rezultate din exerciţiu şi s-a îmbogăţit cu o serie de cunoştinţe adecvate.

O aptitudine izolată nu poate singură să asigure succesul într-o activitate. Performanţele într-o activitate se ating doar datorită combinării aptitudinilor.

4.2. Natura aptitudinilor

Problema privind natura şi determinismul aptitudinilor a fost şi continuă încă să fie puternic contraversată.

Conform definiţiei enunţate, aptitudinile sunt totdeauna un rezultat al dezvoltării, un „aliaj” între elementul *înnăscut* şi cel *dobândit* prin experienţă**.**

Unii autori susţin teza caracterului *înnăscut ereditar* şi *nemodificabil* al aptitudinilor. Drept exemplu, Moţart a compus un menuet la 5 ani; Ghiothe a scris la 8 ani lucrări literare cu o

maturitate de adult; Enescu a început să cânte la vioară la 4 ani, iar la 7 ani a intrat la Conservatorul din Viena. Repin a manifestat aptitudini pentru desen şi pictură de la 3–4 ani etc.

Un atare punct de vedere unilateral, care acordă importanţă hotărâtoare factorului intern, este însă tot mai mult părăsit în favoarea concepţiei, potrivit căreia factorul ereditar este modelat de condiţiile de mediu socio-cultural.

Psihologii B.G. Teplov, A.N. Leontiev, S.L. Rubinştein, Al. Roşca relevă faptul că aptitudinile apar şi se dezvoltă numai în procesul activităţii, ele sunt un rezultat al dezvoltării individuale.

Dezvoltarea omului, se subliniază, înseamnă în fapt dezvoltarea aptitudinilor reprezintă dezvoltarea personalităţii.

Aptitudinile se formează în anumite condiţii sociale, care fac necesare aceste aptitudini şi în procesul unei activităţi adecvate.

Aptitudinile sunt condiţionate în acelaşi timp şi de existenţa dispoziţiilor naturale sau a zestrei native.

Ereditarea are, aşadar, un rol important în procesul formării aptitudinilor, dar ea nu este determinată. Într-adevăr, la baza aptitudinilor stau unele premise ale dezvoltării lor, premise consolidate ereditar sub formă de dispoziţii.

Dispoziţiile sunt concepute ca particularităţi anatomo-fiziologice ale aparatului neurocerebral al omului.

Premisele ereditare ale aptitudinilor constau în însuşirile de tip ale sistemului nervos: *intensitatea, mobilitatea* şi *echilibrul* dintre excitaţie şi inhibiţie, *plasticitatea sistemului nervos.*

Particularităţile activităţii nervoase superioare nu sunt însă aptitudini, ci doar condiţii interne ale dezvoltării acestora, ele sunt realităţi biologice şi nu psihologice.

Dispoziţiile naturale nu determină dezvoltarea nici a unei capacităţi umane. Ele sunt doar premise naturale favorizate pentru dezvoltarea aptitudinilor.

Aptitudinile sunt determinate, pe de o parte, de potenţialităţile date în programul genetic, pe de altă parte, de condiţiile, în care aceste potenţialităţi latente devin active.

Condiţionate de existenţa unor premise ereditare, *aptitudinile* se constituie, se structurează, se dezvoltă şi se afirmă ca structuri sintetice complexe ale personalităţii, întotdeauna în procesul activităţii, în raport cu o activitate concretă, în care dispoziţiile sunt intens exercitate.

Aptitudinea nu poate apărea în afara unei activităţi concrete corespunzătoare; aptitudinea se formează în activitate şi se manifestă în activitate. Pe măsură ce societatea, în dezvoltarea ei, creează noi domenii de activitate, se nasc şi se dezvoltă aptitudini noi.

Totodată, în conformitate cu cerinţele social-economice noi, cu modificările, ce se produc în natura şi conţinutul activităţii individului, se produce şi modificarea, restructurarea aptitudinilor acestuia. Aptitudinea se relevă ca o sinteză a însuşirilor naturale şi a celor dobândite.

Există cazuri, în care manifestarea aptitudinii este deosebit de timpurie. În alte cazuri, maxima dezvoltare şi afirmare a aptitudinii se înregistrează târziu.

Această realitate impune prudenţă în aprecierea copiilor, care înregistrează rămâneri în urmă la învăţătură, insuccesul şcolar, prin el însuşi, nu este relevant pentru absenţa unor predispoziţii sau aptitudini.

După Kovalev şi Measişcev, indiferent de natura activităţii, în procesul dezvoltării aptitudinilor intervin următoarele momente:

- dezvoltarea, îmbogăţirea şi adâncirea intereselor, în centrul cărora se află trebuinţa de a însuşi activitatea respectivă;
- creşterea volumului de cunoştinţe, priceperi şi deprinderi;
- dezvoltarea caracterului, ca proces, în care se urmăreşte, în primul rând, educarea unei voinţe ferme, dirijate de anumite principii social-morale;
- îmbogăţirea conţinutului de idei al activităţii şi creşterea nivelului conştiinţei sociale;
- dezvoltarea atitudinii critice faţă de sine şi faţă de rezultatele activităţii proprii.

4.3. Clasificarea aptitudinilor

Subsistemul aptitudinal al personalității pune în evidență o organizare internă complexă, el incluzând entități de modalități psihofiziologice şi psihologice diferite, cu multiple conexiuni de ordonare, coordonare, integrare şi subordonare între ele.

De aici se face necesară o diferențiere şi o clasificare în interiorul subsistemului aptitudinal, criteriul cel mai larg acceptat.

Pe baza lui au fost delimitate:

a) aptitudini generale;

b) aptitudini speciale.

Aptitudinea generală *este acea aptitudine, care este solicitată şi intervine în orice fel de activitate a omului sau în rezolvarea unor clase diferite de sarcini.*

Aptitudinile generale *alcătuiesc repertoriul instrumental-adaptativ al oricărui individ, care asigură o relaționare şi o adaptare cât de cât satisfăcătoare în condițiile variabile ale mediului.*

Aptitudinile generale pot fi împărțite în:

1) Aptitudini senzoriale (rapiditatea, plasticitatea perceptuală);

2) Aptitudini psihomotorii (forța mişcărilor, rapiditatea, precizia lor);

3) Aptitudini intelectuale (inteligența, care reprezintă o sinteză a mai multor aptitudini intelectuale: spiritul de observație, memoria, fluența verbală, flexibilitatea gândirii, raționamentul inductiv şi deductiv, atenție distribuitivă etc.).

Aptitudinile speciale sunt structuri instrumentale ale personalității, care asigură obținerea unor performanțe în anumite sfere particulare de activitate profesională. Se structurează şi se dezvoltă selectiv în interacțiunea sistematică a subiectului cu conținuturile obiective şi condițiile diferitelor forme ale activității profesionale. Ele sunt susținute din interior de predispoziții ereditare diferențiate şi de mare intensitate, care „dictează" direcția de evoluție a personalității.

Aptitudinile speciale se clasifică după genul activității, în cadrul căreia se manifestă:

- aptitudini artistice (pentru literatură, muzică, pictură, sculptură, actorie etc.);
- aptitudini ştiințifice (pentru matematică, fizică, astronomie, biologie etc);
- aptitudini tehnice (aptitudinea pentru proiectarea, producerea şi întrebuințarea a tot ceea ce înseamnă maşină);
- aptitudini sportive (aptitudinea pentru atletism, gimnastică, jocul cu mingea etc.);
- aptitudini manageriale (aptitudinea pentru organizare, administrație, conducere-comandă).

În interiorul fiecărei clase se evidențiază aptitudini cu un grad de individualizare şi de specializare şi mai ridicat**.**

După structura lor, după gradul de complexitate, aptitudinile pot fi clasificate în: *simple şi complexe*.

Unele aptitudini sunt elementare, simple, constatând din realizarea superioară a unui singur fel de operații (văzul la distanță; diferențierea excitanților luminoşi, sonori, olfactivi; măsurarea din ochi a distanțelor; fixarea rapidă a imaginilor sau a ideilor; actualizarea rapidă a imaginilor sau a ideilor fixate cu mult timp în urmă etc.).

Aceste aptitudini, având la bază o singură funcție, constând doar dintr-o singură însuşire psihică, nu conduc la rezultate remarcabile, decât pe linia unor acțiuni simple.

De regulă însă activitățile umane sunt complexe şi presupun îmbinarea în formă organizată, a unei diversități de mijloace de acțiune.

Desfăşurându-se într-un cadru profesional specializat, activitățile umane complexe impun prezența mai multor aptitudini elementare, care se întrepătrund şi se structurează specific.

Aptitudinile complexe se clasifică după genul de activitate, care le modelează structural: aptitudini lingvistice, matematice, tehnice, muzicale, plastice, sportive. C.I. Morgan consideră că pot fi atâtea aptitudini câte feluri de activități există.

Pentru obținerea unor performanțe superioare, remarca P. Popescu-Neveanu, individul ajunge să-şi îmbine şi să-şi dezvolte resursele sale într-o manieră superioară, până la structuri individuale, ce se exprimă într-un stil individual de personalitate creatoare.

Drept exemplu de aptitudini complexe poate servi aptitudinea muzicală, care presupune o reuniune de aptitudini elementare, simple:

- acuitate auditivă;
- auz absolut;
- simţ al ritmului;
- memorie;
- auz armonic;
- auz muzical;
- auz intern (reprezentarea melodiilor);
- fantezie muzicală;
- sinestezii specifice.

Este deci o structură sau o matriță, după care se profilează un stil individual propriu muzicianului.

În acelaşi mod am putea vorbi despre aptitudinea de conducere auto sau de orice altă capacitate profesională. Nivelul cel mai înalt, la care se poate realiza dezvoltarea şi integrarea aptitudinilor speciale şi a celor generale, este cel al talentului şi geniului.

Atât talentul, cât şi geniul se distanțează semnificativ prin performanțele lor de restul reprezentărilor domeniului sau domeniilor considerate. Dar cele 2 structuri se deosebesc şi între ele, nefiind echilibrate.

Astfel, în vreme ce performanțele talentului se încadrează în coordonatele valorice ale „epocii", îmbogățind într-o anumită continuitate logică tezaurul existent, performanțele geniului creează o epocă nouă într-un domeniu sau în mai multe domenii, punând bazele unui nou curent, unui nou stil, unui mod de gândire etc.

Față de aptitudine, talentul reprezintă un nivel superior de înzestrare, de organizare, de dezvoltare şi de reuşită; el presupune o îmbinare originală a aptitudinilor, îmbinare, care face posibilă crearea de valori noi şi originale.

Talentul, susțin Al. Roşca şi B. Zorgo, se constituie dintr-o varietate de însuşiri şi aptitudini, care asigură realizarea la nivel supramediu a anumitor activități.

O formă mai înaltă de dezvoltare şi reuşită o constituie geniul. Geniul presupune crearea de valori de o importanță istorică pentru viața şi evoluția societății.

4.4. Inteligența – aptitudinea generală a personalității

Una dintre cele mai importante aptitudini generale este inteligența, întrucât ea este îndeplinită în orice activitate, atât în cadrul profesiunilor predominant intelectuale, cât şi în cadrul celor predominant manuale.

Termenul de **„inteligență"** a fost inițial utilizat de către Cicero.

Etimologic, termenul provine din latinismul *„interlegere"*, care înseamnă în acelaşi timp „a discrimina"(disocia) şi „a lega". De aici, o primă definiție: inteligența este capacitatea de a stabili relații între obiecte, fenomene şi situații.

H. Spenser este cel ce i-a atribuit inteligenței semnificație psihologică: capacitatea de a combina mai multe impresii separate, prin intermediul căreia se realizează adaptarea la mediu.

Studiată din perspectiva psihologiei aplicate, mai ales în raport cu dezvoltarea mintală a copilului, inteligența a fost definită însă, foarte divers. Iată, spre exemplificare, câteva definiții formulate:

- *dibăcie mintală înnăscută;*
- *eficiență mintală înnăscută;*
- *capacitatea de a dobândi o capacitate;*
- *capacitatea de a realiza o gândire abstractă;*

- *capacitatea de abstractizare, de a face sinteze, de a combina, de a construi;*
- *aptitudine generală superioară, care-l orientează pe subiect la noi probleme şi condiţii ale vieţii;*
- *aptitudinea de modificare a conduitei conform împrejurărilor;*
- *aptitudine de adaptare, pe carea rezolvării problemelor noi, folosind mijloace noi, neînvăţate înainte;*
- *aptitudinea generală a unui individ de a-şi adapta conştient gândirea sa la situaţiile şi condiţiile noi de viaţă.*

După A. Binet, inteligența se află în următoarele 4 cuvinte:

- *înţelegere* (capacitatea de a clarifica o idee prin altă idee sau fapt);
- *invenţie* (capacitatea de a găsi formule sau soluţii pentru rezolvarea diferitelor probleme ridicate de viaţă şi de muncă);
- *direcţie* (orientarea şi concentrarea atenţiei);
- *cenzură* (capacitatea de discernământ şi selecţie a ideilor şi faptelor);

În accepţiunea psihologiei moderne prin **termenul de inteligenţă** se denumeşte activitatea complexă mintală, flexibilă şi mereu confruntată cu situaţii noi şi probleme, în care se utilizează memoria, raţiunea, cunoştinţele disponibile.

De aici se desprind trei *caracteristici fundamentale ale inteligenţei:*

I. capacitatea ei de a soluţiona situaţiile noi, cele vechi, familiare cu ajutorul deprinderilor, obişnuinţelor, competenţelor;

II. rapiditatea, suplețea, mobilitatea, flexibilitatea ei;

III. adaptabilitatea adecvată şi eficienţa la împrejurări.

În psihologie există mai multe modele, ce descriu structura inteligenţei umane.

În a. 1903, Thorndicke formulează teza că inteligența este un ansamblu de capacităţi reciproc independente.

În a. 1904, Spearman a dezvoltat teoria bifactorială. După el, inteligența are la bază energia mintală, care influenţează reuşita, succesul îndeplinirii unei activităţi.

Spearman s-a preocupat de aptitudinile speciale (profesionale). După întreprinderea unui şir de cercetări, el a ajuns la concluzia că succesul oricărei activităţi intelectuale este determinat de:

1) aptitudinea generală – *factorul G* (general);

2) aptitudinea specifică pentru activitatea dată – *factorul S* (specific).

Mai târziu Spearman şi-a formulat ideea inteligenţei, într-un model ierarhic. Între factorul G şi S, el a plasat factorii de grup, comuni, care intervin în grupe de activităţi înrudite (verbal, numeric, spaţial etc).

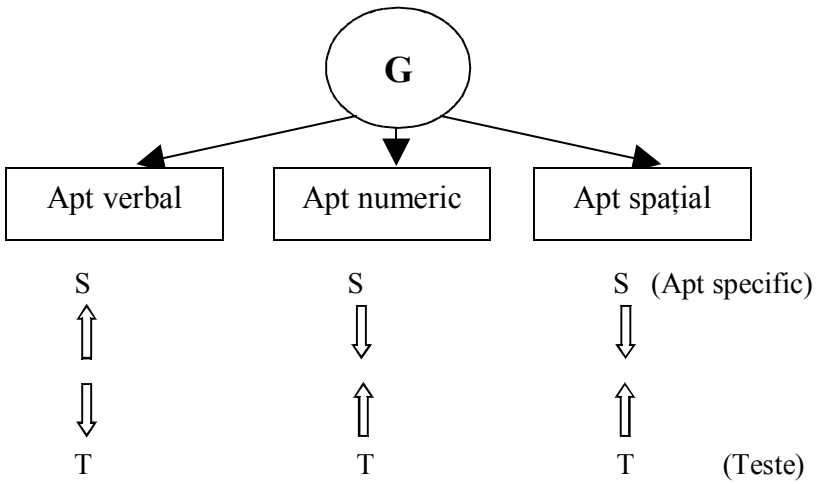


Fig. 17. **Modelul ierarhic al structurii inteligenţei (după Spearman).**

În psihologia contemporană s-a acreditat ideea că inteligența se compune dintr-o serie de factori simpli (inteligența este egală cu: spiritul de observație + atenția + memoria + imaginația + voința etc.). Inteligența are ca scop adaptarea individului la realitate.

În a. 1930, Thurston, fondatorul unei teorii multifactoriale, neagă existența factorului general (G).

El consideră că fiecare acțiune intelectuală este rezultatul interacțiunii unei multitudini de factori. Inițial el a evidențiat 12 factori, apoi le-a simplificat până la 7 factori, pe care i-a numit ***factori mintali primari semnificativi ai inteligenței:***

- *fluența verbală* (uşurința, cu care persoana se exprimă, utilizând cele mai potrivite cuvinte);
- *aptitudinea numerică* (de a opera cu cifrele, de a efectua operații aritmetice);
- *perceperea verbală* (capacitatea de a înțelege limbajul oral şi scris, înțelegerea sensului cuvintelor);
- *orientarea spațială* (capacitatea de a-şi reprezenta şi a-şi imagina anumite obiecte în spațiu);
- *memoria asociativă*;
- *aptitudinea de a face raționamente* (deductive şi inductive);
- *viteza percepției* (rapiditatea perceptuală).

Între aceşti factorii există o anumită corelare. În actul inteligent aceştia se îmbină, chiar se întrepătrund, interacționează.

Conform lui Thurston, dacă măsurăm fiecare din aceste aptitudini, putem construi profilul potențialului intelectual al individului.

În a. 1939, Dj. Guilford propune modelul morfologic. El evidențiază cca 120 de aptitudini ale intelectului, pe care în a. 1967 le uneşte într-un *model tridimensional*, al interacțiunii complexe dintre conținut, operații şi produse, termeni ce intră în definirea operațională a oricărui act sau proces psihic.

El a încercat să răspundă la trei întrebări:

– Despre ce noi gândim? *(conținuturi)*;
– Cum noi gândim? *(operații)*;
– Care sunt produsele gândirii noastre? *(produse)*.

Sub noțiunea de conținut se subînțelege natura informației cu care are loc operația. Guilford deosebeşte patru tipuri de conținuturi:

- *figurativ* (forma, culoarea obiectelor);
- *simbolic* (cifre, semne, coduri);
- *semantic* (idei, gânduri);
- *comportamental* (sentimente, dispoziții).

Operația se referă la procedeele şi mijloacele de rezolvare a unei probleme, alese de subiect, precum şi la procesele mintale, care au loc în timpul utilizării procedeului ales.

Guilford distinge cinci operații:

1. *Cunoaşterea* (recunoaşterea şi înțelegerea problemei).
2. *Memoria* (cantitatea de informație, de care dispune subiectul).
3. *Gândirea divergentă* (se referă la acel stil de gândire, care operează pluridimensional şi admite o pluritate de căi şi soluții).
4. *Gândirea convergentă* (se referă la stilul de gândire sistemic, agloritmizat, unidirecționat, necreativ, riguros organizat şi admite un singur rezultat optim).
5. *Gândirea apreciativă* (sau evaluarea – se referă la capacitatea de apreciere a unor situații, stabilirea semnificației, ierarhizarea de valori intelectuale conform unor criterii logice, etice, estetice).

Produsul se referă la modul, în care a fost concepută şi structurată de către subiect informația.

Guilford distinge următoarele produse:

- *unități;*

- *clase;*
- *relaţii;*
- *sisteme;*
- *transformări;*
- *implicaţii.*

Fiecare din cei 120 de factori constituie o îmbinare a operaţiei, a conţinutului şi a produsului (5·6·4=120). După Dj. Guilford, *inteligenţa* trebuie considerată o aptitudine generală, aplicabilă în orice domeniu; ea posedă o anumită structură şi se manifestă sub forma unui complex de aptitudini speciale; acestea sunt şi rămân totuşi variabile independente.

Tema 5. CREATIVITATEA

5.1. Definirea conceptului de creativitate

Societatea contemporană, comparativ cu cele anterioare, se caracterizează prin schimbări radicale, care se produc în conduită, la locul de muncă sau în familie, în educaţie, în ştiinţă şi tehnologie, în religie şi aproape în orice aspect al vieţii noastre.

A trăi într-o asemenea lume presupune un înalt grad de adaptare şi de curaj, care este legat în mare măsură de creativitate.

Termenul creativitate a fost introdus în psihologie de G.W. Allport pentru a desemna o formaţiune de personalitate.

Prin **creativitate**, Allport încerca să desemneze o modalitate integrativă a personalităţii umane, ce nu se reduce doar la o serie de însuşiri şi funcţii parţiale, având facultatea de a înţelege, reproduce şi rezolva numeroasele probleme impuse de viaţă, profesiune, mediu, etc., ci să exprime ansamblul de calităţi, care conduce la generarea noului, la originalitate.

În prezent există sute de modalităţi, prin care este definită creativitatea. Psihologii susţin în general că *a fi creativ* înseamnă *a crea ceva nou, original şi adecvat realităţii.*

A crea înseamnă: a face să existe, a aduce la viaţă, a cauza, a genera, a produce, a fi primul, care interpretează rolul şi dă viaţă unui personaj, a compune repede, a zămisli, a făuri.

Creativ este cel, care se caracterizează prin originalitate şi expresivitate, este imaginativ, generativ, deschizător de drumuri, inventiv, inovator etc.

Noutatea este şi ea evaluată gradual, după cote de originalitate. *Cota de originalitate* corespunde distanţei dintre produsul nou şi ceea ce preexistă ca fapt cunoscut şi uzual în domeniul respectiv. În literatura noastră se apreciază originalitatea culminativă a poeticii lui Eminescu şi, după el, a poeziei lui Arghezi, Blaga, Nichita Stănescu.

După unii autori „*creativitatea* este aptitudinea sau capacitatea de a produce ceva nou şi de valoare”, iar după alţii ea constituie un proces, prin care se realizează un produs.

Conform lui P. Popescu-Neveanu „*creativitatea* presupune o dispoziţie generală a personalităţii spre nou, a anumită organizare a proceselor psihice în sistem de personalitate”.

Termenul de creativitate este foarte general şi a fost introdus în vocabularul psihologiei, pentru a depăşi înţelesurile termenului de *talent*. Între conceptele de creativitate şi de talent nota comună este cea de originalitate.

Talentul corespunde creativităţii de nivel superior. Creativitatea există şi la nivel mediu şi la nivel inferior, şi chiar la nivel redus.

Toţi oamenii sunt în diverse grade creativi şi numai unii din ei sunt talentaţi. S-a apreciat talentul ca fiind hotărât de dotaţia ereditară. Conceptul nou de creativitate admite o mare contribuţie a influenţelor de mediu şi a educaţiei în formarea creativă a fiecăruia. Totodată, se

consideră că oricare din activităţi sau profesiuni poate fi desfăşurată la un nivel înalt de creativitate.

Talentul a fost conceput ca o dezvoltare superioară a aptitudinilor generale şi speciale şi ca o fericită îmbinare a lor. Creativitatea însă, precum vom vedea, include structuri mai complexe de personalitate, depăşind aptitudinile.

În psihologie, conceptul de creativitate are următoarele trei accepţiuni:

a) de comportament şi activitate psihică creativă;

b) de structură a personalităţii sau stil creativ;

c) creativitate de grup, în care interacţiunile şi comunicarea mijlocesc generarea de noi idei, deci conduc la efecte creative.

Creativitatea se caracterizează printr-o multitudine de **calităţi:**

Productivitatea – se referă la numărul mare de idei, soluţii, lucrări de specialitate.

Utilitatea – priveşte în special rezultatele acţiunii, care trebuie să fie folositoare, să contribuie la bunul mers al activităţii.

Eficienţa – are în vedere caracterul economic al performanţei, se referă la randamentul acţiunii, la performanţele, care se pot obţine prin folosirea rezultatelor activităţii creatoare.

Valoarea produselor activităţii creatoare trebuie să prezinte însemnătate din punct de vedere teoretic sau practic, să fie recunoscută şi respectată în plan social.

Ingeniozitatea presupune eleganţă şi deosebită eficacitate a metodelor de rezolvare.

Originalitatea – se apreciază prin raritatea ideilor, soluţiilor sau produselor. De obicei, sunt considerate originale rezultatele creativităţii, care apar o singură dată într-o colectivitate, deci sunt unice.

Conceptul de creativitate apare abordat din cinci perspective: *ca potenţial, ca proces, ca produs, ca preajmă, ca psihoterapie.*

- ***Potenţialul creativ***

Atunci când vorbim de **potenţialul creativ,** evidenţiem în primul rând calităţile creativităţii, care au fost descrise mai sus: utilitate, productivitate, eficienţă, valoare, ingeniozitate, originalitate.

- ***Procesul creativ***

S-a constatat că stadiile (etapele) procesului creator sunt următoarele:

- stadiul pregătitor;
- stadiul incubaţiei;
- stadiul iluminării;
- stadiul verificării.

Aceste stadii vor fi descrise într-un nou paragraf.

- ***Produsul creativ***

Orice proces creativ se finalizează cu un produs, care, pentru a fi considerat creator, trebuie să posede următoarele calităţi: *noutate, originalitate, utilitate.*

- ***Preajma (mediul)***

Creativitatea este abordată şi din perspectiva cerinţelor şi solicitărilor… din mediul intern şi extern. Studiile … pe de o parte trebuinţa de actualizare a potenţialului creativ – „Suntem născuţi pentru a învinge prin creativitate" – (presiuni interne), cât şi presiunile şi problemele exterioare, ce vin din mediul de viaţă al individului şi necesită soluţionarea creatoare. Totodată, calităţile şi condiţiile nivelului, în care omul îşi desfăşoară activităţile, pot facilita sau inhiba manifestarea creativităţii.

- ***Psihoterapia prin creativitate***

În ultimii ani studiile asupra creativităţii individuale şi de grup au relevat valenţele curative ale metodelor de creativitate, activitatea într-un grup creator, având ca efect reducerea barierelor interne ale creativităţii. Se utilizează şedinţe cu ceilalţi.

5.2. Structura creativităţii

Orice subiect dispune de un potențial creativ, pentru că orice subiect posedă o experiență, pe care o prelucrează mereu şi variabil, utilizând operații, tehnici şi scheme mintale.

În linii generale, se ajunge la noi idei sau proiecte prin transformări şi recombinări ale datelor cognitive, de care subiectul dispune.

Gândirea logică aduce o anumită contribuție la creație. Renumiți savanți, consideră că şi mai importantă este imaginația, care posedă un grad mai mare de libertate, nu este încătuşată de reguli şi norme fixe.

Demersurile creatoare pot fi spontane sau intenționate şi voluntare. În ambele cazuri, ele trebuie să fie susținute energetic de trebuințe şi motive, de înclinații, interese şi aspirații.

În psihologia românească structura creativității este explicată prin intermediul modelului bifactorial al creativității. Cele 2 categorii de factori sunt:

a) *vectorii* – termen, ce reuneşte toate stările şi dispozitivele energetice, acestea susținând subiectul în acțiune şi anume: trebuințele, motivele, scopurile, înclinațiile, aspirațiile, convingerile, atitudinile caracteriale.

b) *operațiile generative* – cuprind sistemele de operații, aptitudinile generale sau speciale de nivel supramediu.

Vectorii sunt cei, care declanşează, selectiv ciclurile operatorii şi le direcționează într-un anumit sens.

Deci creativitatea nu este altceva decât interacțiunea optimă între vectorii creativi şi operațiile generative.

La nivelul personalității se constituie *blocuri* între vectorii atitudinali şi acele sisteme de operații, pe care le-am numit aptitudini. Aceste structuri fac parte dintr-un stil de acțiune, cunoaştere şi realizare a subiectului, care au sau nu efecte creative.

Considerată ca o structură de personalitate, creativitatea este, în esență, interacțiunea optimă dintre atitudinile predominant creative şi aptitudinale generale şi speciale de nivel supramediu şi superior.

Nu este suficient deci să dispui de aptitudini, dacă acestea nu sunt orientate, strategic, prin motivație şi atitudini, spre descoperirea şi generarea noului cu valoare de originalitate.

Printre *atitudinile creative* importante, menționăm:

- încrederea în forțele proprii şi înclinația puternică spre realizarea de sine;
- interesele cognitive şi devotamentul pentru profesiunea aleasă, care se include esențial în sensul şi scopul vieții;
- cutezanță în adoptarea de noi scopuri neobişnuite;
- perseverența în căutarea de soluții şi în realizarea proiectului schițat.
- simțul valorii şi atitudinile valorizatoare;
- grupul atitudinilor direct creative, constând din simțământul noului, dragostea şi receptivitatea pentru tot ce este nou şi respectul față de originalitate.

5.3. Niveluri şi stadii ale creativității

Fiind o proprietate general-umană, creativitatea se prezintă în diverse forme şi se situează la diverse niveluri ierarhice.

Savantul american C.W. Taylor distinge ***cinci niveluri ale creativității:***

- *creativitatea expresivă;*
- *creativitatea productivă;*
- *creativitatea inventivă;*
- *creativitatea inovatoare;*
- *creativitatea emergentă.*

a) Creativitatea expresivă – se manifestă liber şi spontan în desenele sau construcțiile copiilor preşcolari. Nu se pune problema, la acest nivel, de utilizare sau originalitate. Acest tip de creativitate reprezintă treapta de bază şi este un mijloc excelent de a cultiva aptitudinile creatoare, ce se vor manifesta ulterior.

b) Creativitatea productivă – este crearea de obiecte, specific muncilor obişnuite. Un dar sau o ţesătoare de covoare produc obiecte, a căror forma se realizează conform unei tradiţii, unei tehnici consacrate, aportul personal fiind redus. Este planul, la nivelul căruia ajunge orice om muncitor.

c) Creativitatea inventivă – presupune generarea de noi metode şi îndeplinirea artificială a unor noi funcţiuni. E vorba de inventatori, acele persoane, ce reuşesc să aducă ameliorări parţiale unei unelte, unui aparat, unei teorii contraversate.

În invenţie se introduc forme şi relaţii obiective, care sunt noi în raport cu dispozitivele tehnice preexistente.

Într-o ţară mare, cum este Japonia, se înregistrează anual peste 100.000 de brevete de invenţii, ceea ce asigură un progres vizibil al producţiei.

d) Creativitatea inovatoare – implică modificările semnificative ale principiilor, care stau la baza unui domeniu.

Acest tip de creativitate o găsim la oamenii caracterizaţi ca fiind „talente". Ei realizează opere, a căror originalitate este remarcată pe plan naţional.

e) Creativitatea emergentă – este caracteristica geniului, a omului, care aduce schimbări radicale revoluţionare într-un anumit domeniu şi a cărui personalitate se impune de-a lungul mai multor generaţii.

Astfel a fost principiul evoluţionist al lui Darwin, relativitatea lui Einştein, etc. Este nivelul suprem şi cel mai elaborat al creativităţii.

Creativitatea este considerată o expresie a personalităţii, care presupune activităţi îndelungate şi eforturi deosebite.

Psihologul englez G. Wallas stabileşte ***patru stadii ale procesului de creaţie:***

1. Stadiul pregătitor – este o fază iniţială şi obligatorie. Orice act de creaţie presupune o preparaţie conştientă, adeseori intensivă şi de lungă durată. În perioada de preparare se delimitează scopul sau problema. În vederea rezolvării problemei, viitorul creator citeşte, discută, întreabă, adună informaţii, face observaţii, schiţează o ipoteză sau un proiect general.

La această etapă se produce o mobilizare a subiectului şi intervin schiţări de planuri, experimente mintale. Un rol important are capacitatea de mobilizare a subiectului pentru antrenarea şi menţinerea în procesul creator.

Problema devine obsedată, apar stări de tensiune, încordare, apare anxietatea specifică, frustrări.

2. Stadiul incubaţiei – poate dura foarte mult, ani de zile! Este mai puţin vizibil în exterior. Incubaţia este răstimpul încercărilor, când nu se găseşte soluţia. Procesul de creaţie continuă să se desfăşoare în inconştient.

3. Iluminarea (intuiţia) – este momentul fericit, când apare soluţia, momentul intuiţiei acesteia, al vizualizării obiectului creat. Este faza, în care se consideră că procesul de creaţie ajunge la punctul culminant. Ideea creării apare brusc. Se întâmplă ca gânditorul creator să descopere ceva diferit de ceea ce a căutat.

4. Stadiul verificării (sau elaborării finale) este cea mai importantă. Soluţia identificată este verificată în practică şi apoi implementată. Este stadiul final, în care materialul brut, furnizat de inspiraţie, este finisat, creatorul verifică dacă iluminaţia a fost corectă, apreciază şi eventual revizuieşte ideea sau soluţia găsită.

Newton şi Darwin au elaborat şi verificat ani de zile teorii, a căror inspiraţie a fost poate rezultatul unor momente de scurtă durată.

5.4. Factorii, ce stimulează sau inhibează creativitatea

Creativitatea are un caracter cu informaţie complexă, în care interacţionează două categorii:

1) categoria socială;

2) categoria specială.

Prima categorie face parte din **factorii stimulativi ai creativității** şi se împart în:

a) *interni* – individ;

b) *externi* – colectivi;

c) *sociali* – societatea.

Interni

1. *Intelectuali* (imaginația, gândirea fluentă, divergentă; capacitatea de elaborare, sensibilitatea la probleme, inteligența, capacitatea de transformare, memoria, tehnici operaționale).

2. *Aptitudini speciale* (şcolare sau academice, creatoare, ştiințifice, artistice, tehnice, de conducere, sociale, pedagogice, culinare etc.).

3. *„De personalitate"* (atitudini, motivație, caracter). Cel mai general recunoscuți fiind: voința, perseverența, dorința de a schimba, tendința de informare, curiozitate, prezența unor interese şi preocupări variate de tip hobby, încredere în sine, nonconformism, fond emoțional şi bogat.

Externi

1. *Climatul creativ:*
   - *structura şi funcționarea organizației, instituției;*
   - *compoziția şi interacțiunile grupului;*
   - *personalitatea şi comportamentul individual.*
2. *Conducerea* (*şeful la diferite niveluri ierarhice*).

Sociali

1. *Valori promovate.*
2. *Condiții create:* baza materială, legislație, formă de guvernământ.
3. *Educație* (în familie, şcoală, factori educaționali formali sau informali).
4. *Nivelul cultural* (cantitatea şi calitatea informației).
5. *Securitatea psihică.*
6. *Securitatea personală.*
7. *Necesitatea socială.*

Din categoria specială fac parte **factorii, ce inhibează creativitatea.**

a) ***Factori cognitivi-perceptuali:***
- incapacitatea de a formula problema;
- incapacitatea definirii termenilor problemei, când nu a fost înțeleasă suficient;
- incapacitatea de a distinge între cauză şi efect;
- neutralizarea tuturor simțurilor în observație;
- stilurile cognitive extreme: empiric şi teoretizant.

b) ***Factorii cognitivi-informaționali:***
- insuficiența informației;
- necunoaşterea tehnologiei creației; tehnicilor de descriere a inovațiilor.
- blocajele creativității.

c) ***Factorii vizând caracteristicile gândirii:***
- fixitatea metodei, stereotipul dinamic;
- imposibilitatea abordării divergente a rezolvării problemelor tehnice;
- autoimpunerea ideației;
- autoimpunerea unor restricții, neprevăzute în condițiile problemei;
- conformismul intelectual.

d) ***Factorii „de personalitate":***
- supramotivarea versus submotivarea (la sarcină sau profesională).

e) ***Factorii temperamental-caracteriali:***

- slaba încredere în sine şi descurajare;
- conformismul comportamental;
- încrederea prea mare în componenţa altor persoane;
- gama restrânsă de interese şi preocupări;
- lipsa voinţei şi obişnuinţei de a duce lucrurile până la capăt.

f) ***Factorii afectivi (emoţionali):***
- timiditate;
- conflicte, frustrări;
- teama de ridicol;
- teama de dezaprobare socială;
- teama de şefi, de colegi, de subalterni;
- incapacitatea asumării riscului intelectual.

Blocaje ale creativităţii

Sidney Shore a descris trei tipuri de blocaje ale creativităţii:
- emoţionale;
- culturale;
- perceptive.

1. **Blocaje de tip emoţional**
   - teama de a nu comite o greşeală, de a nu părea extravagant;
   - teama de a risca să fii un „pionier", de a fi în minoritate;
   - oprirea prematură la prima idee, soluţie, care apare sau teama ori neîncrederea faţă de superiori, colegi, colaboratori;
   - dificultatea de a schimba modelul de gândire;
   - dependenţa excesivă faţă de opiniile altora;
   - lipsa competenţei de a depune un efort susţinut pentru a desfăşura procesul de rezolvare a unei probleme de la identificarea ei până la soluţionare.
2. **Blocaje de ordin cultural**
   - dorinţa de a se conforma modelelor sociale, dorinţa de apartenenţă;
   - „conformism" la idei vechi, ca şi la cele noi;
   - tendinţa de a reacţiona conform principiului „totul sau nimic";
   - prea mare încredere în statistici şi experienţa trecută;
   - punerea pe primul plan a factorilor practici sau economici în luarea deciziilor, ceea ce reduce timpul pentru a avea un număr suficient de idei;
   - slaba capacitate de a transforma sau modifica ideile;
   - sentimentul că tendinţa de a îndoi sistematic este un inconvenient social;
   - prea mare încredere în logica a ceea ce se numeşte raţiune.
3. **Blocaje de ordin perceptiv:**
   - incapacitatea de a distinge între cauză şi efect;
   - dificultatea de a defini o problemă sau declinarea capacităţii, refuzul de a sesiza, de a releva;
   - dificultatea de a destructura o problemă în elemente, care pot fi manipulate, dirijate;
   - dificultatea de a diferenţia între fapte şi probleme;
   - prezentarea prematură a pseudosoluţiilor la problemă, care nu au fost încă definite;
   - incapacitatea de a utiliza toate sensurile, care ne pun în contact cu mediul;
   - dificultatea de a percepe relaţiile neobişnuite între idei şi obiecte;
   - incapacitatea de a defini lucrurile;
   - îngustarea excesivă a punctului de vedere;
   - credinţa negativă: „Nu sunt creativ".

Este foarte important să înveți să detectezi natura acestor blocaje pentru a introduce spiritul inovator în grupuri şi organizații.

Aceste blocaje sunt numite şi bariere ale creativității.

Există patru grupe de **bariere ale creativității:**

I. Bariere legate de contextul socio-cultural:

- conflictul de valori;
- condiționarea;
- prejudecățile;
- diferențele culturale;
- nonintegrarea frustrărilor.

II. Bariere datorate temerilor endemice:

- frica de confruntare;
- agresivitatea;
- competiția;
- rezistența la schimbare;
- lipsa încrederii în sine.

III. Bariere legate de atitudinile individualiste:

- comportamentele egocentrice;
- necunoaşterea de sine;
- sentimentul de incompetență;
- subiectivitatea şi nerealismul;
- pasivitatea excesivă.

I. Bariere referitoare la relația individ – grup:

- lipsa comunicării;
- marginalizarea;
- lipsa autenticității;
- izolarea;
- dependența.

BIBLIOGRAFIE SELECTIVĂ

1. Alain Lieury. *Manual de psihologie generală.* Bordas, Trad. de Iulia Haşdeu-Oradea, Paris, 1990.

2. Cosmovici Andrei. *Psihologie generală*. Ed. „Porom", Iaşi, 1996.

3. Dinu Mihai. *Comunicarea: repere fundamentale.* Ed. Ştiințifică, Bucureşti, 1997.

4. Ey Henri. *Conştiință*. Trad. Din l. franceză de Dinu Grama, Ed. Ştiințifică, Ediția a II-a, Bucureşti, 1997.

5. Fordham, Frieda. *Introducere în psihologia lui C.G. Jung*. Trad. Eseu introductiv şi note de Leonard Gavriliu, Ed. IRI, Bucureşti, 1998.

6. Laplanche Jean, Pontalis J.B. *Vocabularul psihanalizei*. Trad. din l. franceză / Ed. „Humanitas", Bucureşti, 1994.

7. Marghidan Valentina. *Metode de psihodiagnostic*. Ed. Didactica şi Pedagogică / Bucureşti, 1997.

8. Minulescu Mihaela. *Chestionarele de personalitate în evaluarea psihologică.* Bucureşti, 1996.

9. Mihai Golu. *Comunicarea: repere fundamentale.* Ed. Ştiințifică, Bucureşti, 1997.

10. Mihai Golu. *Fundamentele psihologiei.* Vol. I, Ed. Fundației „România de mâine", Bucureşti, 2003.

11. Norbert Sillamy. *Dicţionar de psihologie.* La Rouse, Ed. Univers enciclopedic, Bucureşti, 1996.

12. Nicky Haies, Sue Orrell. *Introducere în psihologie.* Ed. All Educational S.A., Bucureşti, 1997.

13. Nemov R.I. *Psihologia*. Ed. „Chişinău", 1994.

14. Oprescu Victor. *Aptitudini şi atitudini.* Ed. Ştiinţifică, Bucureşti, 1991.

15. Parot Francoise, Richelle Marc. *Introducere în psihologie.* Istoric şi metode. Chişinău, Ed. „Humanitas", 1995.

16. Pospai Aurelia. *Schiţe din istoria psihologiei.* Chişinău, 1994.

17. *Psihologia vieţii cotidiene.* Coord. Mielu Zlate / Ed. „Polirom", Iaşi, 1997.

18. *Psihologia socială a relaţiilor cu celalalt.* Coord. Sergiu Mocovici, Ed. „Polirom", Iaşi, 1998.

19. Radu I. *Psihologia.* Cluj-Napoca, 1988.

20. Radu I. *Introducere în psihologia contemporană.* Cluj, Ed. „Sincron", 1991.

21. Rădulescu-Motru C. *Curs de psihologie.* Ed. „Esotera", Vox, Bucureşti, 1996.

22. Stanton, Nicky. *Comunicarea.* Ediţia Revizuită, Ed. „Societatea, Ştiinţa şi Tehnica", Bucureşti, 1995.

23. Şchiopu Ursula, Emil Verza. *Psihologia vârstelor.* Bucureşti, 1995.

24. Şoitu Laurenţiu. *Comunicare şi acţiune.* Ed. „Inst. European", Iaşi, 1997.

25. Şchiopu Ursula (coord.). *Dicţionar enciclopedic de psihologie*. Ed. Babel, Bucur, 1997.

26. Tereşciuc Raisa, Berezovschi Natalia. *Psihologia aptitudinilor comunicative*. Editura USM, Chişinău, 2000.

27. Zlate Mielu. *Introducere în psihologie.* Bucureşti, Ed. „Polirom", Iaşi, 1997.

28. Zlate Mielu. *Psihologia mecanismelor cognitive.* Ed. „Polirom", Iaşi, 1999.

29. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. *Справочник по психологической диагностике.* Москва, 1992.

30. Гамезо М.В., Домащенко И.А. *Атлас по психологии.* Изд-во „Просвещение", Москва, 1986.

31. Конихов Н.И. *Словарь-справочник по психологии.* Москва, 1996.

32. Лоуренс Первин, Оливер Джон. *Психология личности*. Теория и исследования. Изд.-во «Аспект Пресс», Москва, 2000.

33. Матюгин И.Ю. *Как запоминать слова: школа эйдетики развивает память детям и взрослым, готовит педагогов по развитию памяти.* Донецк, 1997.

34. Немов Роберт Семенович. *Психология*. В трех книгах. Москва, 1995.

35. *Практическая психодиагностика. Методика и тесты*. Редактор-составитель – Д.Я. Райгородский. Издательский Дом „Бахрах", Самара, 1998.

36. *Практикум по психологии* (под ред. проф. Н.Д. Твороговой). МИА, Москва, 1997.

37. Рубинштейн С.Л. *Основы общей психологии*. Изд.-во «Питер», Санкт-Петербург, 2001.

38. Соколова Е.Е. *Тринадцать диалогов о психологии: хрестоматия с комментариями по курсу*. *Введение в психологию*, Москва, 1997.

39. Столяренко Л.Д. *Основы психологии* (для студентов вузов). Изд.-во «Феникс», Ростов-на-Дону, 1997.

40. Сухарев В.А. *Психология интеллекта.* Донецк: Сталкер, 1997.